

**KEKUATAN BERFIKIP POSITIF UNTUK MENCAPAI KESEMBUHAN
(Studi Terhadap Pasien Kanker Payudara RS Kariadi Semarang)**

SKRIPSI

Oleh:

Muchamad Mutohar

114411037



**FAKULTAS USHULUDIN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2015**

DEKLARASI KEASLIAN

Dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab penulis menyatakan bahwa skripsi ini tidak berisi materi yang pernah ditulis orang lain atau diterbitkan. Demikian juga skripsi ini tidak berisi satupun pikiran-pikiran orang lain, kecuali informasi yang terdapat dalam referensi yang dijadikan bahan rujukan.

Semarang, 10 Juni 2015

Deklarator,



Muchamad Mutohar

NIM: 114411037

**KEKUATAN BERPIKIR POSITIF UNTUK MENCAPAI KESEMBUHAN
(Studi Terhadap Pasien Kanker Payudara RS Kariadi Semarang)**



SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Strata 1 (S1)
dalam Ilmu Ushuluddin
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh :

MUCHAMAD MUTOHAR

NIM : 114411037

Semarang, 21 Mei 2015

Pembimbing I

Prof. Dr. H. M. Amin Syukur, MA
NIP. 19520717 198003 1 004

Disetujui Oleh,

Pembimbing II

Drs. Sulaiman, M.Ag
NIP. 19730627 200312 1 003

NOTA PEMBIMBING

Lamp : 3 (Tiga) Eksemplar

Hal : Naskah Skripsi

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin

UIN Walisongo Semarang

di Semarang

Assalamu'alaikumWr. Wb.

Setelah kami mengadakan koreksi dan perbaikan seperlunya, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara:

Nama : Muchamad Mutohar

NIM : 114411037

Program : S1 Ilmu Ushuluddin

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Judul Skripsi : Kekuatan Berpikir Positif untuk Mencapai Ksembuhan

(Studi Terhadap Pasien Kanker Payudara RS Kariadi Semarang)

Dengan ini kami mohon agar skripsi saudara tersebut dapat segera dimunaqosahkan. Demikian atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikumWr. Wb.

Semarang, 21 Mei 2015

Pembimbing I



Prof. Dr. H. M. Amin Syukur, MA
NIP. 19520717 198003 1 004

Pembimbing II



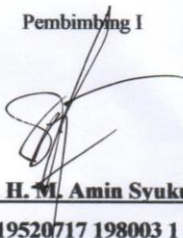
Drs. Sulaiman, M.Ag
NIP. 19730627 200312 1 003

PENGESAHAN

Skripsi Saudara **Muchamad Mutohar** dengan NIM **114411037** telah dimunaqasyahkan oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, pada tanggal 22 Juni 2015

Dan telah diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana (S.1) dalam Ilmu Ushuluddin Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi.

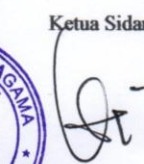
Pembimbing I



Prof. Dr. H. M. Amin Syukur, MA

NIP. 19520717 198003 1 004

Ketua Sidang,



Moh. Masrur, M.Ag

NIP. 1972089 200003 1 003

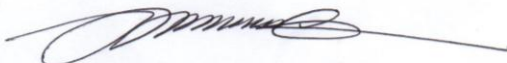
Pembimbing II



Dr. Sulaiman, M.Ag

NIP. 19730627 200312 1 003

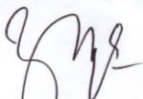
Penguji I



Prof. Dr. H. Abdullah Hadziq, MA

NIP. 19500103 197703 1 002

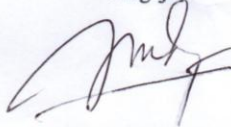
Sekretaris Sidang,



Fitriyati, S.Psi, M.Si

19690725 200501 2 002

Penguji II



Drs. H. Nidlomun Ni'am, M.Ag

NIP. 19580809 199503 1 001

MOTTO

“Kesuksesan tidak bisa di ukur dengan kedudukan yang dicapai seseorang tetapi melalui halangan-halangan yang dihadapinya dalam mendaki tangga kesuksesan.” (Brooker T. Washington)¹

“ Anda berhak memilih apapun namun Anda tidak berhak memilih konsekuensi pilihan Anda”²

“Kepercayaan dan keyakinan mendorong potensi otak untuk membuat segala yang tidak mungkin menjadi mungkin”³

“hidup tidak diukur dengan banyaknya nafas yang kita hirup, melainkan dengan saat-saat di mana kita menarik nafas bahagia, dan menikmati masalah sebagai anugrah bukan musibah”

“Ujian bagi seseorang yang sukses bukanlah pada kemampuannya untuk mencegah munculnya masalah, tetapi pada waktu menghadapi dan menyelesaikan setiap kesulitan saat masalah itu terjadi” (David J. Schwart)⁴

“Sahabat paling baik dari kebenaran adalah waktu, musuhnya yang paling besar adalah prasangka, dan pengiringnya yang paling setia adalah kerendahan”

“Kegagalan dapat dibagi menjadi dua sebab. Yakni orang yang berfikir tapi tidak pernah bertindak dan orang yang bertindak tapi tidak pernah berfikir”

¹ Aris Ahmad Jaya, *30 hari mencari jati diri*, Bekasi: Pustaka Inti, 2008, hlm. 41.

² Ibid, hlm, 87.

³ Iriyanto, *learning Metamorphosis*, jakarta: Erlangga, 2012, hlm.109.

⁴ Aris Ahmad Jaya, *30 hari mencari jati diri*, hlm, 33.

TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Transliterasi kata-kata bahasa Arab yang dipakai dalam penulisan skripsi ini berpedoman pada “Pedoman Transliterasi Arab-Latin” yang dikeluarkan berdasarkan Keputusan Bersama Menteri Agama Dan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan RI tahun 1987. Pedoman tersebut adalah sebagai berikut:

a. Kata Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	tidak dilambangkan	Tidakdilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa	ṡ	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	kadan ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	Ẓ	zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	Sad	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	Dad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ta	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	‘ain	...‘	koma terbalik di atas

غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	...'	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

b. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia terdiri dari vokal tunggal dan vokal rangkap.

1. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ـَ	Fathah	A	A
ـِ	Kasrah	I	I
ـُ	Dhammah	U	U

2. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabunganantara hharakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
اِي...	fathah dan ya	Ai	a dan i
وِ...	fathah dan wau	Au	a dan u

c. Vokal Panjang (Maddah)

Vokal panjang atau Maddah yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
اِي...اِ	Fathah dan alif atau ya	Ā	a dan garis di atas
ي...يِ	Kasrah dan ya	Ī	i dan garis di atas
وِ...وِ	Dhammah dan wau	Ū	u dan garis di atas

Contoh: قَالَ : qāla

قِيلَ : qīla

يَقُولُ : yaqūlu

d. Ta Marbutah

Transliterasinya menggunakan:

1. Ta Marbutah hidup, transliterasinya adaah /t/

Contohnya: رَوْضَةٌ : rauḍatu

2. Ta Marbutah mati, transliterasinya adalah /h/

Contohnya: رَوْضَةٌ : rauḍah

3. Ta marbutah yang diikuti kata sandang al

Contohnya: رَوْضَةُ الْأَطْفَالِ : raudah al-aṭfāl

e. Syaddah (*tasydid*)

Syaddah atau *tasydid* dalam transliterasi dilambangkan dengan huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah.

Contohnya: رَبَّنَا : rabbanā

f. Kata Sandang

Transliterasi kata sandang dibagi menjadi dua, yaitu:

1. Kata sandang syamsiyah, yaitu kata sandang yang ditransliterasikan sesuai dengan huruf bunyinya

Contohnya: الشِّفَاءُ : asy-syifā'

2. Kata sandang qamariyah, yaitu kata sandang yang ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya huruf /l/.

Contohnya : الْقَلَمُ : al-qalamu

g. Penulisan kata

Pada dasarnya setiap kata, baik itu fi'il, isim maupun huruf, ditulis terpisah, hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazimnya dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harakat yang dihilangkan maka dalam transliterasi ini penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contohnya:

وَأَنَّ اللَّهَ لَهُوَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ : wa innallāha lahuwa khair ar-rāziqīn

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN DEKLARASI.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN NOTA PEMBIMBING	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN TRANSLITERASI	vii
DAFTAR ISI.....	xi
UCAPAN TERIMA KASIH	xiii
ABSTRAK	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Pembatasan Masalah	9
D. Manfaat dan Tujuan Penelitian.....	9
E. Kajian Pustaka	10
F. Kerangka Teori.....	14
G. Metode Penelitian	18
H. Sistematika Penulisan	26
BAB II PIKIRAN POSITIF DAN KANKER PAYUDARA	
A. Pikiran Positif	30
B. Kanker Payudara	47

BAB III PROFIL DAN DATA PASIEN

A. Profil Pasien.....	69
B. Data Pasien	78

BAB IV PIKIRAN POSITIF PADA PASIEN KANKER PAYUDARA

A. Terapi Berfikir Positif	93
B. Pikiran Positif Pada Pasien Kanker Payudara	98

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....	112
B. Saran	114
C. Penutup	115

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

UCAPAN TERIMA KASIH

Bismillâhirrahmânirrahîm.

Segala puja dan puji hanya milik Allah SWT, Yang telah menciptakan mahluk dengan cinta dan memusnahkan mahluk pula karena cinta. Sesungguhnya, semua berawal dari-Nya dan akan berakhir kepada-Nya. Di antara awal dan akhir terdapat kehidupan, dan kehidupan akan tegak manakala disirami cahaya cinta dan tiada harapan dan mimpi yang dapat mencapai pada perwujudannya kecuali Allah yang telah memeluk dan merestui harapan tersebut. Maka hanya kepada-Nya lah segala ikhtiar disandarkan pada keagungan dan keindahan nama-namaNya. Shalawat serta salam semoga terlimpah kepada Nabi Muhammad SAW, sang junjungan yang senantiasa menjadi teladan sepanjang masa serta sang kota ilmu yang kapasitas intelektualitas, spiritualitas dan akhlaknya menjadi inspirasi bagi umat manusia.

Skripsi yang berjudul *“Kekuatan Berfikir Positif untuk Mencapai Kesembuhan (Studi Terhadap Pasien Kanker Payudara Rumah Sakit Kariadi Semarang)”* merupakan refleksi pemikiran yang penulis geluti selama menempuh studi di UIN Walisongo Semarang dan aktivitas-aktivitas di luar kuliah yang turut memberikan sumbangsih pengalaman yang amat berharga. Banyak ide dan dorongan semangat yang senantiasa datang dari berbagai penjurur untuk mendukung penyelesaian skripsi ini. Oleh karena itu, terima kasih yang sedalam-dalamnya penulis sampaikan kepada:

1. Rektor UIN Walisongo, Prof. Dr. H. Muhibbin, M.Ag.

2. Dr. H. M. Mukhsin Jamil, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo Semarang yang telah merestui pembahasan skripsi ini.
3. Prof. Dr. H. M. Amin Syukur, MA. selaku pembimbing I dan Dr. Sulaiman, M.Ag. selaku pembimbing II karena dengan bimbingan, pengarahan dan petunjuknya selama penyusunan skripsi, penulis mampu mengembangkan dan mampu menyelesaikan penulisan skripsi ini.
4. Dr. Sulaiman Al-Kumayi, M.Ag. selaku Ketua jurusan Tasawuf dan Psikoterapi serta Dosen Wali yang telah memberikan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Para Dosen Pengajar di lingkungan Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo Semarang, yang telah membekali berbagai pengetahuan sehingga penulis mampu menyelesaikan penulisan skripsi.
6. Drs. Shobirin, M.Si. selaku kepala MA NU 04 AL-Ma'arif Boja yang telah memberikan kesempatan untuk saya mengamalkan segala ilmu yang saya dapat, serta kepada seluruh dewan Guru dan Staf yang selalu memberikan nasehat-nasehatnya, tak lupa kepada seluruh anak didik MA NU 04 AL-Ma'arif Boja.
7. Kedua orang tuaku tercinta, Bapak Abdul Wachid dan Ibu Siti Istikomah yang telah memberikan kasih sayang, dukungan baik materi maupun spiritual serta telah membesarkan dan mengajarkan makna kehidupan.

8. Bapak Taryo dan Ibu Umi Yasih sebagai mertua yang telah memberikan doa dan restunya.
9. Ibu Novita Aris Isnani, S.Pd, sekeluarga yang tak henti-hentinya mengarahkanku untuk menjadi manusia yang lebih baik.
10. Bidadariku di dunia Hotimatul Husna, Amd. Keb, yang senantiasa mengisi hatiku dan memberiku kedamaian terimakasih atas cinta, pengertian, dan doamu selama ini.
11. Ibu NA, SH, RH yang bersedia meluangkan waktu untuk menjadi responden dalam masa penelitian.
12. Semua pihak yang telah membantu menyelesaikan penulisan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Semoga amal yang telah dicurahkan akan menjadi amal yang saleh, dan mampu mendekatkan diri kepada Allah SWT.

Akhirnya, penulis menyadari bahwa pengetahuan yang penulis miliki masih kurang, sehingga skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, namun penulis berharap agar skripsi ini memberikan kontribusi yang berarti dalam dunia pendidikan serta bermanfaat bagi kita semua. Amin.

Semarang, 10 Juni 2015

Penulis

Muchamad Mutohar

NIM. 114411037

ABSTRAK

Kanker adalah segolongan penyakit yang ditandai dengan pembelahan sel yang tidak terkendali dan kemampuan sel-sel tersebut untuk menyerang jaringan biologis lainnya, baik dengan pertumbuhan langsung jaringan di jaringan yang bersebelahan (Invasi) atau dengan migrasi sel ketempat yang jauh (Metastasis). Kanker payudara adalah kanker yang menempati urutan kedua sesudah kanker rahim pada wanita. Di luar negeri (Amerika Serikat) kanker payudara ini menduduki peringkat tertinggi diantara kanker-kanker lainnya.

Faktor yang menyebabkan kanker salah satunya adalah kejiwaan atau emosional yaitu pikiran negatif, pikiran negatif bisa membuat degup jantung semakin kencang, tekanan darah meninggi, nafas semakin cepat, tubuh gemetar, suhu tubuh berubah sehingga sangat berpengaruh pada sistem syaraf dan kekebalan tubuh, Bahkan dapat menyebabkan kanker. Pikiran bisa menjadikan diri kita sebagai seseorang yang berjiwa sehat atau sakit karena pikiran berpotensi untuk mempengaruhi tubuh, potensi dan semangat. Tujuan dari penelitian yang penulis lakukan adalah untuk mengetahui pengaruh dan kekuatan pikiran positif terhadap kesembuhan.

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus di lapangan (*field research*) dengan teknik analisis deskriptif kualitatif yaitu dengan menggambarkan fenomena kejadian di lapangan dalam bentuk ungkapan-ungkapan tertulis, yang bisa mengungkapkan kejadian-kejadian atau fenomena yang terjadi di lapangan.

Dari penelitian yang dilakukan penulis dapat memberikan gambaran bahwa kekuatan pikiran negatif berpengaruh terhadap organ tubuh, baik pada ekspresi wajah maupun gerakan tubuh. Pikiran jiwa berpengaruh pada anggota tubuh bagian dalam, seperti bertambahnya detak jantung, suhu tubuh proses pernafasan, dan tekanan darah yang ikut memengaruhi liver, ginjal, limpa, lambung, paru-paru, dan lain-lain.

Penelitian ini dilakukan terhadap 3 respondent yaitu Ny. NA, Ny. SH dan Ny. RH di Kecamatan Boja Kabupaten Kendal dengan hasil respondent dapat merubah pola pikir yang tadinya negatif terhadap apa yang menyimpannya menjadi berpikir positif sehingga mampu untuk mencapai kesembuhan dari sakit yang diderita.

Dengan penelitian ini, diharapkan akan menambah pengetahuan bagi penulis sendiri dan juga para pembaca semuanya. Supaya bisa menambah wawasan kita semua tentang manfaat berfikir positif dan bahayanya berfikir negatif bagi kesehatan tubuh dan supaya orang-orang yang menderita sakit bisa berfikir positif untuk mencapai kesembuhan.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kanker merupakan penyakit yang tidak menular, namun kanker menjadi penyakit ganas yang jumlah pasiennya terus meningkat di setiap tahunnya di seluruh dunia. Menurut *International Union Against Cancer*, setiap tahun penderita kanker bertambah 7 juta jiwa dan dua pertiga diantaranya berada di negara-negara yang sedang berkembang¹.

Kanker juga merupakan salah satu dari empat besar penyakit utama pada masyarakat modern dan industri. Keempat penyakit utama tersebut adalah penyakit jantung koroner, penyakit kanker, gangguan jiwa dan kecelakaan (lalu lintas). Namun kini keempat penyakit besar tersebut sudah bertambah menjadi lima besar, dan penyakit yang ke lima adalah *HIV/AIDS*.²

Kanker payudara adalah kanker yang menempati urutan kedua sesudah kanker rahim pada wanita. Di luar negeri (Amerika Serikat) kanker payudara ini menduduki peringkat tertinggi diantara kanker-kanker lainnya. Dari penelitian membuktikan bahwa kanker payudara

¹ <http://kesehatan.kompasiana.com/medis/2013/08/13/fakta-tentang-rokok-di-indonesia-580919.html>, diunduh pada hari Minggu tanggal 22 Februari pukul 15.30 WIB.

² Dadang Hawari, *Kanker Payudara: Dimensi Psikoreligi*, Jakarta: Balai Penerbit FKUI, 2009, hlm. X.

di Indonesia maupun di Amerika Serikat melihat kecenderungan untuk meningkat dari tahun ketahun.³

Menurut Asosiasi Kanker Amerika, tahun 1974 di Amerika dilaporkan 115.000 wanita terdiagnosa kanker payudara dan 37.300 meninggal karena penyakit ini. Tahun 1984 dilaporkan 115.900 orang terdiagnosa kanker payudara terdiri dari 115.000 wanita dan 900 laki-laki, dari jumlah tersebut diperkirakan 37.300 wanita dan 300 laki-laki akan meninggal. Tahun 1997 terdapat 181.600 kasus kanker payudara dan 44.190 orang pasien meninggal akibat penyakit ini. Tahun 2001 terdapat 19.200 kasus dan 39.600 wanita meninggal karena penyakit tersebut. Tahun 2002 diperkirakan terdapat 203.500 kasus baru. Tahun 2003 kasus baru mencapai 211.300 orang dan 39.800 orang meninggal akibat kanker payudara⁴.

Hal ini sesuai karena pada penyakit kanker payudara gejalanya tidak dapat diketahui secara pasti bila kita belum memiliki pengetahuan tentang penyakit kanker payudara secara jelas. Karena gejala yang tidak kita ketahui secara pasti, secara tiba-tiba penyakit kanker payudara bisa saja menyebar ke tubuh seorang perempuan dan bahkan ditemukan penyakit kanker payudara yang mencapai stadium tinggi karena keterlambatan pendeteksian sehingga menyebabkan kematian.

³ *Ibid*, hlm. X.

⁴ Rini Indrati, *Factor-Faktor Resiko yang Berpengaruh Terhadap Kejadian Kanker Payudara Wanita*, Skripsi, Program studi Magister Epidemiologi, Universitas Diponegoro Semarang, 2005, hlm. 2.

Dari penderita kanker payudara yang datang berobat di RSCM 80% datang dalam keadaan stadium lanjut sehingga tidak dapat dilakukan tindakan operasi. Hanya satu diantara lima penderita kanker payudara dapat dilakukan operasi pada stadium dini dengan prognosa yang baik (*operable and curable*), sedangkan yang lainnya sedemikian lanjut stadiumnya sehingga tidak mungkin lagi dilakukan tindakan operasi sehingga prognosanya buruk atau dengan kata lain inoperable and incurable⁵.

Temuan dini kanker payudara amat penting bagi keberhasilan pengobatan (terapi medik) dengan operasi. Sedangkan bagi penderita kanker payudara stadium lanjut meskipun dapat dilakukan operasi, kemungkinan penyebarannya sukar untuk dicegah sehingga usia harapan hidup disebut sebagai “*Five Years Survival rate*”. Dalam menangani penderita kanker payudara hendaknya dilakukan pendekatan yang sifatnya holistik: yaitu melihat penderita dari sudut pandang biologis, psikologik, sosial dan spiritual⁶.

Oleh karena itu pada penderita kanker seyogyanya tidak hanya dokter ahli bedah yang terlibat, tetapi juga psikiater/psikolog dan rohaniawan/ agamawan. Khususnya dalam penanganan dari aspek spiritual (agama) penderita yang bersangkutan dimaksudkan agar penderita tetap tabah, tegar dan sabar, serta jangan berputus dalam

⁵ Dadang hawari, *Kanker Payudara*, hlm. x.

⁶ *Ibid*, hlm. Xi.

menghadapi musibah ini (penyakit kanker). Kepada penderita tetap diberikan rasa optimis dan percaya diri, karena sesungguhnya sebagaimana sabda Nabi Muhammad saw. Yang diriwayatkan oleh At Tirmidzi serta Muslim dan Ahmad, yang artinya

“Berobatlah kalian, maka sesungguhnya Allah SWT. Tidak mendatangkan penyakit kecuali mendatangkan juga obatnya, kecuali penyakit tua” (H.R.At Tirmidzi)

“Setiap penyakit ada obatnya. Jika obat itu tepat mengenai sasarannya maka dengan izin Allah SWT, penyakit itu akan sembuh” (H.R. Muslim dan Ahmad)⁷.

Di propinsi Jawa Tengah, berdasarkan laporan program dari Dinas Kesehatan Kabupaten/Kota yang berasal dari rumah sakit dan puskesmas tahun

2006, kasus penyakit kanker yang ditemukan sebanyak 22.857 kasus (7,13 per 1000 penduduk). Terdiri dari Ca. serviks 2,08 per 1000 penduduk, Ca. mammae 3,45 per 1000 penduduk, Ca. hepar 0,62 per 1000 penduduk, Ca. bronkus 0,98 per 1000 penduduk.

Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2002, kanker merupakan penyebab kematian ketiga setelah penyakit jantung dan stroke. Pada tahun 2007 di Kota Semarang berdasarkan laporan program yang berasal dari Rumah Sakit dan Puskesmas, kasus penyakit kanker yang ditemukan sebanyak 12.807, terdiri dari Kanker

⁷ *Ibid*, hlm. 61-62.

Payudara 5.641 kasus, Kanker Serviks 5.481 kasus, Kanker Hepar 391 kasus, dan Kanker Paru 1.294 kasus⁸.

Dalam *Energy Medicine* Dr. Herbert Spencer dari Universitas Harvard mengatakan bahwa jiwa dan tubuh saling melengkapi. Ia juga mengatakan bahwa lebih dari 90% penyakit tubuh disebabkan oleh jiwa. Inilah yang disebut dengan *Psycho-Somatic Disease*. Istilah ini berasal dari kata *Psycho* yang berarti jiwa dan *somo* yang berarti tubuh. Maksudnya, jiwa (*Psycho*) berpikir dan mempengaruhi tubuh (*somo*)⁹.

Dalam buku itu disebutkan bahwa apa yang dipikirkan oleh jiwa berpengaruh pada seluruh anggota tubuh bagian luar, baik pada ekspresi wajah maupun gerakan tubuh. Pikiran jiwa berpengaruh pada anggota tubuh bagian dalam, seperti bertambahnya detak jantung, suhu tubuh proses pernafasan, dan tekanan darah yang ikut memengaruhi liver, ginjal, limpa, lambung, paru-paru, dan lain-lain¹⁰. Apapun yang dipikirkan dicatat oleh akal dan file khusus terbuka untuknya. Jika pikiran itu berkali-kali dilakukan maka data sejenis akan terakumulasi hal itu membuat manusia merasakan sesuatu yang sama kendati tidak dilakukan di dunia luar.

⁸ Dinas Kesehatan Kabupaten Semarang.

⁹ Ibrahim Elfiky, *Terapi Positive Thinking*, terj. Abu Firlim Bassam Taqiy, Yogyakarta: Hikam Pustaka, 2009, hlm. 68.

¹⁰ *Ibid*, hlm. 68.

Sedangkan pikiran negatif bisa membuat degup jantung semakin kencang, tekanan darah meninggi, nafas semakin cepat, tubuh gemetar, suhu tubuh berupah sehingga sangat berpengaruh pada sistem syaraf dan kekebalan tubuh. Selain itu, pikiran negatif juga dapat membuat seseorang merasa tercekik, berkeringat, berbicara terbata-bata dan lain-lain. Semua itu bisa terjadi hanya dengan satu pikiran¹¹.

Berfikir negatif adalah penyakit yang sangat berbahaya. Ketika berfikir negatif, seseorang merangsang akal untuk fokus pada hal-hal negatif. Maka otak membuka file yang diberi label pikiran negatif. Pada waktu yang bersamaan ia meninggalkan seluruh informasi positif yang lain. Dalam satu waktu akal manusia tidak bisa konsentrasi kecuali pada satu informasi. Kemudian ia menggeneralisasi informasi tersebut dan memperkuatnya dengan mencari bukti yang mendukung pikiran negatif. Aktivitas ini mempengaruhi fisik anda dalam bentuk ekspresi wajah, gerakan organ tubuh dan tarikan nafas. Aktifitas itu juga mempengaruhi perasaan, sikap dan perilaku. Jika sudah demikian anda akan bertindak negatif. Hasil yang ada dapat pun sesuai dengan tindakan anda, baik menyangkut kehidupan spritual, kesehatan, keluarga, sosial, pekerjaan dan keuangan¹².

Ilmuan Universitas Stanford melakukan penelitian tentang kekuatan pikiran negatif dan pengaruhnya terhadap organ tubuh.

¹¹ *Ibid*, hlm. 70.

¹² *Ibid*, hlm. 189.

Hasilnya, pikiran negatif membuat lambung mengeluarkan asam sangat kuat. Mereka mengambil asam tersebut, lalu diletakkan pada makanan tikus yang dijadikan objek penelitian. Hasilnya sungguh mencengangkan tikus itu mati karena kuatnya kadar asam itu. Para ilmuwan terus mengulang penelitian dan hasilnya tetap sama kematian¹³.

Menurut Ibrahim Elfiky, pikiran bisa menjadikan diri kita sebagai seseorang yang berjiwa sehat atau sakit karena pikiran berpotensi untuk mempengaruhi tubuh, potensi dan semangat. Berfikir positif adalah sumber kekuatan dan sumber kebebasan. Disebut sumber kekuatan karena ia membantu anda memikirkan solusi sampai mendapatkannya. Dengan begitu anda bertambah mahir, percaya dan kuat. Disebut sumber kebebasan karena dengannya anda akan terbebas dari penderitaan dan kukungan pikiran negatif serta pengaruh pada fisik dan kesehatan¹⁴.

Ketika seseorang mengidap penyakit berbahaya, kehilangan salah satu organ tubuh karena sebuah kecelakaan atau kehilangan orang yang dicintai, ia melalui beberapa tahapan kejiwaan yang bisa berlangsung semakin lama. Ia juga dapat berhenti pada sikap

¹³ *Ibid*, hlm. 188.

¹⁴ *Ibid*, hlm. 207.

menerima, berusaha untuk tetap maju, berfikir positif dan fokus pada upaya menyelesaikan masalah¹⁵.

Berfikir Positif adalah pilihan yang paling baik dan paling kuat karena tidak terpengaruh oleh ruang, waktu dan pengaruh lainnya. Ia telah menjadi kebiasaan. Ada masalah atau tidak ia selalu bersyukur kepada Allah. Selanjutnya ia berfikir mencari solusi dari segala kemungkinan hingga pikiran itu menjadi kebiasaan hidupnya. Orang yang memiliki kepribadian semacam ini akan menjalani hidup dengan damai tenang, damai dan bahagia.

Pikiran positif akan menghasilkan sebuah perbuatan dan hasil positif, sebaliknya pikiran negatif menghasilkan sebuah perbuatan dan hasil yang negatif¹⁶. Pikiran bisa menjadikan diri seseorang sebagai orang yang berjiwa sehat atau sakit karena pikiran berpotensi untuk mempengaruhi tubuh, potensi dan semangat¹⁷. Setiap penyakit pasti ada obatnya. Hanya kematian yang tidak mungkin ditemukan obatnya¹⁸. Jadi dalam hal penyembuhan, penguatan pikiran yang positif itu sangatlah penting.

Berdasarkan uraian diatas, Maka penulis tertarik untuk mengetahui dan melakukan penelitian yang berjudul Kekuatan Berfikir Positif

¹⁵ *Ibid*, hlm. 214.

¹⁶ Ibrahim Elfiky, *Terapi Berfikir Positif: Biarkan mukjizat dalam diri anda melesat agar hidup lebih sukses dan lebih bahagia*, penerjemah Khalifulrahman Fath dan M. Taufik Daman, Jakarta: zaman, 2009, hlm. 205.

¹⁷ Ibrahim Elfiky, *Terapi Positive Thinking*, hlm. 129.

¹⁸ Amin Syukur, *Kuberserah*, Jakarta: PT Mizan Publika, 2012, hlm. 110.

untuk Mencapai Kesembuhan (Studi Kasus Terhadap Pasien Kanker Payudara Rumah Sakit Kariadi Semarang).

B. Rumusan Masalah

Adapun berdasarkan latar belakang diatas, hal yang ingin peneliti kaji lebih lanjut yakni:

1. Bagaimanakah kekuatan berpikir positif ?
2. Bagaimana kekuatan berpikir positif mampu memberikan kesembuhan pada pasien kanker payudara Rumah Sakit Kariadi Semarang ?

C. Pembatasan Masalah

Merujuk rumusan masalah di atas, peneliti ingin terfokus pada Kekuatan berfikir positif untuk meraih kesembuhan yang di batasi pada satu tema yang disebutkan dalam rumusan masalah yakni

1. Kekuatan berpikir positif
2. Kekuatan berpikir positif mampu memberikan kesembuhan pada (tiga pasien rawat jalan) kanker payudara Rumah Sakit Kariadi Semarang.
3. Penelitian ini Berlangsung bulan Maret sampai Mei 2015

D. Manfaat dan Tujuan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Sebagaimana uraian yang peneliti ketengahkan dalam latar belakang masalah di atas, maka ada tujuan-tujuan yang hendak

peneliti capai atas penelitian ini. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah:

- a. Mengetahui Pengaruh Pikiran positif terhadap kesembuhan
- b. Mengetahui kekuatan berpikir positif untuk mencapai kesembuhan

2. Manfaat Penelitian

a. Secara Praktis

Penelitian tentang Kekuatan berfikir positif untuk mencapai kesembuhan diharapkan mampu menambah ilmu dan wawasan tentang bagaimana kekuatan berpikir positif dapat menyembuhkan penyakit.

b. Secara Teoritis

Hasil dari penelitian ini diarahkan agar bermanfaat bagi studi dan penelitian yang sesuai dengan jurusan yang peneliti ambil yaitu Tasawuf Psikoterapi. Sehingga ke depan bisa dijadikan referensi dan panduan dasar bagi penelitian dengan tema sejenis.

E. Kajian Pustaka

Sejauh pengetahuan peneliti selama mengkaji karya-karya ilmiah yang berjudul *“Kekuatan berpikir positif untuk mencapai kesembuhan”* belum ada penelitian dengan judul yang sama dengan penelitian ini. Namun peneliti menemukan karya ilmiah yang sedikit

memiliki kemiripan dengan judul penelitian ini, antara lain sebagai berikut:

1. Skripsi yang berjudul *“Pemikiran Dr. Ibrahim Elfiky tentang Positive Thinking dan Implikasinya terhadap Kesehatan Mental dalam Buku Terapi Positive Thinking”* karya Mohammad Nafis Rahmanto, mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang. Dalam skripsi ini menunjukkan bahwa pemikiran Dr. Ibrahim Elfiky mengenai *positive thinking* ada 7 prinsip, yaitu: problematika hanya ada di alam persepsi, jangan biarkan masalah tetap berada di tempat yang ditemui, jangan sampai menjadi masalah pisahkan diri dengan masalah, belajar dari masa lalu hidup dengan masa sekarang dan tentukan target masa depan, selalu ada nilai spiritual dalam setiap problematika hidup, perubahan pikiran dengan berbagai alternatif akan merubah realitas dan pikiran yang akan memunculkan realitas baru, dan Allah tidak akan menutup satu pintu kecuali membuka pintu lain yang lebih baik¹⁹.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Lailatul Badriyah jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islma Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Kalijaga Yogyakarta tahun 2006 dengan judul, *“Hubungan berpikir positif dengan ketenangan jiwa (Studi pada*

¹⁹ Mohammad Nafis Rahmanto, *“Pemikiran Dr. Ibrahim Elfiky tentang Positive Thinking dan Implikasinya terhadap Kesehatan Mental dalam Buku Terapi Positive Thinking”*, Skripsi mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang, 2011, hlm. Vii.

siswa Madrasah Aliyah Ali Maksum Yogyakarta)”. Peneliti ini menjelaskan tentang hubungan antara berfikir positif dengan ketenangan jiwa yang didasarkan pada hipotesis bahwa orang yang mempunyai kecenderungan berfikir positif semakin tenang keadaan jiwanya²⁰.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Triana Wijayanti jurusan psikologi, Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Tahun 2007 dengan judul *“Dampak Psikologis pada perempuan penderita kanker payudara”*. Peneliti ini menggambarkan dan menganalisa dampak psikologis yang dialami perempuan penderita kanker payudara beserta faktor-faktor yang mempengaruhi kanker payudara yaitu ada dual hal yaitu dari internal dan eksternal²¹.
4. Dalam skripsi lain yaitu, *“Terapi Dzikir Bagi Kesehatan Menurut Ust. H. Hariyono”*, yang merupakan hasil penelitian dari Nurul Wahyu Arvitasari disebutkan bahwa *dzikir* dapat menjadi salah satu metode penyembuhan karena dalam pandangan Ust. H. Hariyono kebanyakan pasien mengalami sakit baik fisik maupun mental disebabkan oleh dosa-dosa yang mereka lakukan dan sangat

²⁰ Lailatul Badriyah, *Hubungan Berfikir Positif dengan Ketenangan Jiwa*, Skripsi, Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2006.hlm. 6.

²¹ Triana Wijayanti, *Dampak Psikologik pada Perempuan Penderita kanker Payudara*, Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, 2007, hlm.VIII.

sedikitnya mengingat Allah.²² Dengan *dzikir* disertai *tawakkal* serta *ikhtiar* merupakan gambaran jiwa yang tenang, sehingga menekankan kemungkinan timbulnya berbagai penyakit yang secara umum dipicu oleh endapan racun tubuh dan membantu menjaga keseimbangan sirkulasi darah yang akan mendukung kinerja seluruh organ tubuh. Kondisi tersebut akan memberikan efek kekebalan tubuh meningkat sehingga seseorang tidak mudah jatuh sakit atau mempercepat proses penyembuhan.²³

Pada Judul skripsi *Terapi Dzikir Bagi kesehatan Menurut Ust. H. Hariyono*, itu jelas berbeda dengan judul yang peneliti ambil, pada skripsi karya Nurul Wahyu Arvitasari ini membahas seseorang yang terkena penyakit dan sulit disembuhkan disebabkan karena pembalasan atas dosa dan kesalahan manusia itu sendiri, maka untuk mensucikannya pasien diajak melakukan terapi dzikir terlebih dahulu. Dengan berdzikir akan memberikan manfaat bagi pasien yaitu meningkatkan ketaqwaan pada Allah SWT, mengingatkan pasien adalah orang yang lalai mengingat Allah SWT, maka dengan berdzikirilah pasien akan selalu ingat kepada Allah SWT, pasien akan memperoleh berkah dari dzikir yang di baca secara berjamaah dan syarat utama dalam melakukan terapi dzikir harus yakin, bahwa

²² Nurul Wahyu Arvitasari, *Terapi Dzikir Bagi Kesehatan Menurut Ust. H. Hariyono*, (Semarang: Fakultas Ushuludin IAIN Walisongo, 2005), hlm. 84.

²³ Nurul Wahyu Arvitasari, *Terapi Dzikir Bagi Kesehatan Menurut Ust. H. Hariyono*, hlm. 84.

Allahlah yang akan memberikan kesembuhan dengan perantara pengobatan yang dilakukan ustadz H. Hariyono.

Sedangkan judul yang akan peneliti bahas tentang kekuatan berfikir positif untuk mencapai kesembuhan, bahwa apa yang dipikirkan oleh jiwa berpengaruh pada seluruh anggota tubuh bagian luar maupun bagian dalam. Jadi sesuatu yang dipikirkan menjadi pusat perhatian akal, kemudian membuka memori yang tersimpan di file khusus hingga mempengaruhi tubuh saat itu juga. Jika memikirkan sesuatu yang menakutkan, anda akan merasakan hal itu ditubuh anda. Jika memikirkan sesuatu yang membuat berputus asa, seseorang akan merasakan hal itu di tubuhnya. Jika memikirkan sesuatu yang membahagiakan, seseorang akan merasakan hal itu di tubuhnya. Begitu juga kondisi tubuh seseorang akan mempengaruhi akal: membuat file yang sejenis dengan kondisi tubuh. Jika tubuh dalam kondisi kuat dan tangguh, akal akan menerima kondisi itu lalu membuka file kekuatan dan ketangguhan.

F. Kerangka Teori

1. Kanker payudara

a. Pengertian kanker payudara

Kanker payudara sebagai tumor ganas yang berasal dari kelenjar, saluran kelenjar dan jaringan penunjang payudara²⁴.

²⁴ Luwia, *Problematic dan Perawatan Payudara*, Jakarta:PT Kawan Pustaka, 2003, hlm.38.

Menurut Coleman, V Kanker payudara adalah suatu sel atau sekelompok sel yang tumbuh membelah dan menyebar pada suatu jaringan payudara namun gagal melakukan fungsi yang sebenarnya dan sel-sel tersebut mengganggu sel-sel yang lainnya²⁵.

b. Gejala kanker Payudara

Penyakit kanker payudara ini sesungguhnya dapat diketahui dengan SADARI (periksa payudara sendiri) yang biasanya dilakukan setiap bulan sesudah menstruasi. Bila terdapat benjolan di sekitar payudara, dilakukan diagnose lebih lanjut dengan pemeriksaan mammografi. Adapun tanda-tanda dari kanker payudara umumnya diketahui dengan munculnya gejala utama berupa benjolan pada bagian payudara atau daerah dekat ketiak, namun benjolan ini tidak terasa nyeri atau sakit²⁶.

Gejala kedua dapat berupa adanya perlekatan pada kulit, lekukan kulit, pengerutan kulit, terdapat kemerahan pada sekitar payudara, puting susu tertarik ke arah dalam, dan perasaan nyeri di bagian tubuh yang lain, hal ini biasanya diakibatkan karena penyebaran penyakit tersebut²⁷.

c. Pengobatan kanker payudara

²⁵ Coleman, V, *Persoalan kewanitaan dari A sampai Z*, Alih bahasa: Med Adji Dharma, Jakarta, Arcan, 1993, hlm. 55.

²⁶ Luwia, *Problematic dan Perawatan Payudara*, hlm.38.

²⁷ Gilbert, *Payudara: Apa yang perlu diketahui wanita*, 1986, hlm.120.

Bila wanita mengalami benjolan di payudaranya, maka proses penanganan dapat dilakukan dengan mendatangi dokter keluarga atau dokter umum. Bila benjolan tersebut diragukan keganasannya, langkah yang selanjutnya yaitu merujuk ke dokter bagian organic, setelah itu dilakukan biopsy. Bila terdeteksi kanker maka proses pengobatan yang bisa dilakukan adalah pemberian obat-obatan yang bersifat kuratif atau masih dapat member harapan untuk sembuh bagi penderita yang memili stadium awal (stadium I dan II). Selain itu pengobatan paliatif atau menekan efek kanker pada stadium lanjut (III dan IV), kemoterapi, radioterapi dan operasi²⁸.

2. Pikiran positif

Banyak penelitian yang telah membuktikan bahwa ternyata pikiran (positif/negatif) memiliki peran besar dalam menentukan kehidupan seseorang. Salah satunya adalah Dr. Ibrahim Elfiky yang menyatakan bahwa pikiran akan mempengaruhi tubuh, potensi dan semangat²⁹.

Dr. Ibrahim Elfiky adalah seorang maestro motivator muslim dunia. Ia menulis buku yang fenomenal dan berhasil menginspirasi banyak orang di penjuru dunia, buku itu berjudul "*Terapi Berpikir Positif*". Dalam buku tersebut dikatakan pikiran itu memiliki

²⁸ Junedi, dkk, *Kapita Selekta Kedokteran Jilid 2*, Jakarta: Fakultas Kedokteran UI, 1985, hlm. 716.

²⁹ Ibrahim Elfiky, *Terapi Berfikir Positif*, hlm. 73.

kekuatan yang sangat luar biasa. Berpikir positif adalah sumber kekuatan dan kebebasan.

Dikatakan sebagai sumber kekuatan karena akan membantu menemukan solusi terhadap setiap persoalan. Sedangkan disebut sumber kebebasan karena akan membebaskan dari perasaan sakit karena terpenjara dalam pikiran negatif dan penyakit fisik.

Pikiran yang baik akan menghasilkan rasa optimis dalam diri dan semangat untuk sembuh, pikiran optimis untuk sembuh akan menjadikan pasien merasa harus lebih kuat dan semangat untuk menjalani masa penyembuhan. Sebaliknya, jika pikiran negatif maka pasien akan pesimis dan memiliki harapan yang tidak baik bagi kesehatannya.

Ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara pikiran dan tubuh (*mind/body connection*).³⁰ Oleh sebab itu hendaknya proses penyembuhan tidak hanya dilakukan secara medis saja, melainkan secara psikologis juga sangat berpengaruh. Menurut Ibrahim elfiky setidaknya ada 7 hal yang bisa membebaskan diri dari penyakit mental dan fisik, yakni:

1. Problematika hanya ada dalam persepsi
2. Jangan biarkan masalah tetap berada pada tempat yang kita temui
3. Jangan jadi masalah, pisahkan diri dari masalah

³⁰ Joan Borysenko & Miroslav Borysenko, *The Power of The Mind to Heal*, Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2002, hlm. 4.

4. Belajar dari masa lalu, hidup pada masa sekarang, tentukan target masa depan
5. Selalu ada nilai spiritual dalam setiap problematika hidup
6. Perubahan pikiran dengan berbagai alternatif akan merubah realitas dan pikiran yang akan memunculkan realitas baru pula
7. Allah tidak menutup satu pintu kecuali membukakan pintu lain yang lebih baik.

Sementara buah manis yang akan didapat ketika mampu membangun pikiran positif adalah:

1. Beriman kepada Allah SWT
2. Bernilai luhur
3. Berpandangan jernih
4. Optimis dan antisipatif
5. Fokus pada solusi ketika menghadapi persoalan
6. Menarik manfaat dari setiap kesulitan dan problematika
7. Tidak membiarkan kesulitan dan tantangan mengganggu stabilitas sendi hidupnya
8. Teguh dalam tekad dan senang dengan perubahan yang konstruktif
9. Hidup dengan harapan, perjuangan dan kesabaran
10. Pandai bergaul dan suka membantu sesama³¹.

G. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Menurut jenisnya penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif yaitu penelitian yang bertujuan memahami realitas sosial, yaitu melihat dunia dari apa adanya, bukan dunia yang seharusnya. Penelitian kualitatif dilakukan pada kondisi alamiah dan bersifat penemuan. Dalam penelitian

³¹ Ibrahim Elfiky, *Terapi Berfikir Positif*, hlm. 74

kualitatif, adalah instrumen kuncinya. Oleh karena itu, peneliti harus memiliki bekal teori dan wawasan yang luas; bisa bertanya, menganalisis, dan mengontruksi obyek yang diteliti menjadi lebih jelas. Peneliti ini lebih menekankan pada makna dan terikat nilai³².

2. Sumber Data

a. Primer

Data primer yaitu data yang dibuat oleh peneliti untuk maksud khusus menyelesaikan permasalahan yang sedang ditanganinya. Data dikumpulkan sendiri oleh peneliti langsung dari sumber pertama atau tempat objek penelitian dilakukan. Adapun sumber data primer yang akan di ambil dalam penelitian ini adalah Pasien kanker payudara Rumah Sakit Kariadi Semarang (tiga pasien rawat jalan)

b. Sekunder

Data sekunder yaitu data yang telah dikumpulkan untuk maksud selain menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Data ini dapat ditemukan dengan cepat. Dalam penelitian ini yang menjadi sumber data sekunder adalah buku-buku yang membahas tentang Berpikir Positif dan kanker payudara.

3. Metode Pengambilan Data

³² Sulaiman Al-Kumayi. *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Fakultas ushuluddin Institut Agama islam Negeri Semarang, 2005, hlm. 2-3.

Dalam penelitian ini sudah barang tentu memerlukan data-data, yakni sebagai bahan yang akan di studi. Untuk memperolehnya perlu adanya metode yang dipakai sebagai bahan pendekatan. Metode pengumpulan data dalam penelitian sosial yang lazim digunakan adalah: (1) observasi; (2) wawancara; (3) dokumenter³³. Adapun metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini, antara lain:

a. Observasi

Dalam penelitian ini, metode pengamatan yang dilakukan oleh peneliti adalah metode observasi langsung dilapangan. Observasi langsung memungkinkan peneliti merasakan apa yang dirasakan, dilihat dan dihayati oleh subyek. “Metode observasi menggunakan pengamatan atau penginderaan langsung terhadap suatu benda, kondisi, situasi, proses, aktivitas atau perilaku”³⁴.

Ada beberapa jenis teknik observasi yang bisa digunakan tergantung keadaan dan permasalahan yang ada. Adapun Teknik-teknik yang peneliti gunakan adalah :

- 1) Observasi partisipan, dalam hal ini peneliti terlibat langsung dan ikut serta dalam kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh subyek yang diamati.

³³ Sanafiah. *Format-format Penelitian sosial: Dasar-Dasar dan Aplikasinya*. Jakarta, 1989, Rajawali Press, hlm. 51.

³⁴ *Ibid*, hlm. 52.

- 2) Observasi non partisipan, pada teknik ini peneliti berada di luar subyek yang diamati dan tidak ikut dalam kegiatan-kegiatan yang mereka lakukan³⁵.

b. Wawancara

Wawancara didefinisikan sebagai percakapan dengan maksud tertentu yang dilakukan oleh dua pihak yaitu pewawancara (*interviewer*) dan yang diwawancarai (*interviewee*)³⁶. wawancara merupakan pertanyaan yang diajukan secara lisan (pengumpulan data bertatap muka secara langsung dengan responden)³⁷.

Menurut jenisnya, wawancara yang digunakan adalah memakai pembagian wawancara yakni:

- 1) Wawancara Pembicaraan Informal, Pada jenis wawancara ini pertanyaan yang diajukan sangat bergantung pada pewawancara itu sendiri, jadi tergantung pada spontanitasnya dalam mengajukan pertanyaan kepada terwawancara.
- 2) Pendekatan Menggunakan Petunjuk Umum Wawancara, Jenis wawancara ini mengharuskan pewawancara membuat kerangka dan garis besar pokok-pokok yang dirumuskan

³⁵ Rumidi, *Metodologi Penelitian Petunjuk Praktik Untuk Peneliti Pemula*. Yogyakarta, 2004, Gajah Mada University Press, hlm. 71-72.

³⁶ Moleong, Lexy J, *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosda Karya, 2006, hlm. 135.

³⁷ Sanafiah, *Format-format Penelitian sosial*, hlm. 52.

tidak perlu ditanyakan secara berurutan. Petunjuk wawancara hanyalah berisi petunjuk secara garis besar tentang proses dan isi wawancara untuk menjaga agar pokok-pokok yang direncanakan dapat seluruhnya tercakup³⁸.

c. Dokumentasi

Metode dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data dengan cara memperoleh informasi dari bermacam-macam sumber tertulis atau dokumen yang ada pada responden atau tempat, dimana responden bertempat tinggal atau melakukan kegiatan sehari-hari³⁹. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang⁴⁰.

4. Analisis Data

Analisis data merupakan bagian dalam melakukan penelitian. Dalam penelitian kualitatif, analisis data yang telah ditemui sejak pertama peneliti datang kelokasi penelitian, yang dilaksanakan secara intensif sejak awal pengumpulan data lapangan sampai akhir data terkumpul semua. Analisis data, dipakai untuk memberikan arti dari data-data yang telah dikumpulkan. Analisis data merupakan proses mengatur urutan data, mengorganisasikan dalam

³⁸ Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, hlm. 187-188.

³⁹ Sulaiman Al-Kumayi, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, hlm. 50.

⁴⁰ Sugiono, *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta. hlm. 50.

suatu pola dan ukuran untuk dijadikan suatu kesimpulan. Jadi, analisis berdasar pada data yang telah diperoleh dari penelitian yang sifatnya terbuka.

Menurut Patton, analisis data merupakan proses pengurutan data, mengorganisasikan kedalam pola, kategori dan uraian dasar⁴¹. Penelitian kualitatif data yang terkumpul sangat banyak dan dapat terdiri dari jenis data, baik berupa catatan lapangan dan komentar peneliti. Oleh karena itu, diperlukan adanya pekerjaan analisis data yang meliputi pekerjaan, mengatur, pengelompokan, pemberian kode dan mengkategorikannya⁴².

Berdasarkan uraian di atas, maka prosedur analisis data yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

a. Reduksi Data

Reduksi data termasuk dalam kategori pekerjaan analisis data. Data yang berupa catatan lapangan (*field notes*) sebagai bahan mentah, dirangkum, di ikhtisarkan atau diseleksi. Masing-masing bisa dimasukkan tema yang sama atau permasalahan yang sama, bahwa: “Analisis kualitatif fokusnya pada pertunjukan makna, deskripsi, penjernihan dan penempatan data-data serta seringkali melukiskan dalam kata-kata dari pada dalam angka-angka. Untuk maksud tersebut, data tentu saja

⁴¹ Moelong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, hlm. 103.

⁴² *Ibid*, hlm. 104.

perlu disusun dalam kategori tertentu atau pokok permasalahan tertentu. Karena setiap catatan harian yang dihasilkan dalam pengumpulan data, apakah hasil wawancara atau hasil pengamatan perlu direduksi dan dirumuskan kedalam kategori, fokus, atau tema yang sesuai.”⁴³ Jadi laporan yang berasal dari lapangan sebagai bahan mentah disingkat dan dirangkum, direduksi, disusun lebih sistematis, difokuskan pada pokok-pokok yang penting sehingga lebih mudah dikendalikan dan mempermudah peneliti dalam mencari kembali data yang diperoleh jika diperlukan.

b. Display Data

Hasil reduksi perlu “*display*” secara tertentu untuk masing-masing pola, kategori, fokus, tema yang hendak difahami dan dimengerti duduk persoalannya. Display data dapat membantu peneliti untuk dapat melihat gambaran keseluruhan atau bagian-bagian tertentu dari hasil penelitian.

c. Mengambil Kesimpulan

Muara dari kesimpulan kegiatan analisis data kualitatif terletak pada pelukisan atau penuturan tentang apa yang dihasilkan, dapat dimengerti berkenaan dengan suatu masalah yang diteliti. Dari sinilah lahir kesimpulan atau permasalahan yang bobotnya tergolong komprehensif dan mendalam (*depth*). Dalam hal ini akan sangat bergantung pada kemampuan peneliti dalam

⁴³ Sanafiah, *Format-format Penelitian sosial*, hlm. 271.

- 1) Merinci fokus masalah yang benar-benar menjadi pusat perhatian untuk ditelaah secara mendalam
- 2) Melacak, mencatat, mengorganisasikan setiap data yang relevan untuk masing-masing fokus masalah yang telah ditelaah
- 3) Menyatakan apa yang dimengerti secara utuh, tentang suatu masalah yang diteliti.

5. Sistematika Penelitian

Pada penelitian ini ada tiga tahapan dalam penelitian, yaitu:

a. Pra lapangan

- 1) Menyusun rancangan atau desain penelitian. Seperti yang telah dijelaskan di depan.
- 2) Memilih lapangan penelitian.
- 3) Mengurus perizinan. Peneliti harus menghubungi dan meminta ijin siapa saja yang berwenang memberikan izin. Selain itu peneliti harus menyiapkan:
 - a) Surat tugas
 - b) Surat izin instansi diatasnya
 - c) Identitas diri seperti KTP, KTM dan lain-lain
 - d) Perlengkapan penelitian seperti *foto*, *tape*, *recorder*, *video*, *recorder* dan lain sebagainya
 - e) Peneliti memaparkan tujuan penelitian terhadap orang yang berwenang diwilayah penelitian.

- f) Menjajaki dan menilai lapangan. Peneliti sudah mempunyai orientasi terhadap lapangan penelitian.
 - g) Memilih dan memanfaatkan informan. Informan adalah orang yang dimanfaatkan untuk memberikan informasi tentang situasi dan kondisi latar dan subyek peneliti.
 - h) Menyiapkan perlengkapan penelitian. Seperti yang telah dijelaskan di atas.
- b. Kegiatan lapangan
- 1) Memahami latar penelitian dan persiapan diri.
 - 2) Memasuki lapang. Dalam hal ini, hubungan peneliti dengan subyek
 - 3) Penelitian harus benar-benar akrab sehingga tidak ada lagi dinding pemisah di antara keduanya.
 - 4) Berperan serta sambil mengumpulkan data.
- c. Analisis intensif.

Tentang tahap ini sudah dijelaskan sebelumnya⁴⁴

H. Sistematika Penulisan

Dalam pembahasan masalah Kekuatan berpikir positif untuk mencapai kesembuhan (Pasien kanker payudara Rumah sakit Kariadi Semarang). Peneliti menyusun dalam lima bab yang masing masing bab memiliki keterkaitan yang tidak dapat terpisahkan. Adapun isi dari kelima bab tersebut ialah:

⁴⁴ *Ibid*, hlm. 126-148.

Bab pertama, bab ini merupakan pendahuluan yang akan mengantarkan pada bab-bab berikutnya. Bab pertama terdiri dari latar belakang masalah yang mengupas tentang asal usul pengambilan judul dimana peneliti mengetengahkan tentang kekuatan berpikir positif untuk meraih kesembuhan. Semakin banyaknya manusia modern yang mengalami stress bahkan kematian akibat terkena penyakit kanker payudara dan munculnya fenomena pengobatan medis dan non-medis atau alternatif. Salah satu metode yang di gunakan adalah membuat penderita kanker payudara untuk memiliki pikiran positif. Namun peneliti lebih focus pada kekuatan berpikir positif untuk meraih kesembuhan (Studi terhadap pasien kanker payudara rumah sakit kariadi semarang). Dari latar belakang tersebut kemudian diambil rumusan masalah yaitu bagaimanakah kekuatan berpikir positif dan bagaimana kekuatan berpikir positif mamapu memberikan kesembuhan pada pasien kanker payudara rumah sakit kariadi semarang. Setelah itu peneliti juga menyertakan tujuan dan manfaat penelitian. Tinjauan pustaka juga mengambil posisi yang sangat penting dalam penelitian ini karena dari sinilah kemudian diketahui dimana posisi penelitian ini dari penelitian-penelitian sejenis sebelumnya. Tidak ketinggalan kerangka teori juga dituliskan dalam bab ini yang menjadi dasar bagi penulisan bab-bab selanjutnya. Metode penelitian menjadi bagian yang tak terpisahkan karena dengan metode inilah penelitian dilakukan dan skripsi dibuat. Adapun metode

yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif yang bertumpu pada penelitian kepustakaan dan lapangan. Yang terakhir yaitu sistematika penulisan yang bertujuan agar skripsi ini pembahasannya teratur dan sistematis sehingga dapat memenuhi kriteria penulisan ilmiah.

Bab kedua, pada bab ini peneliti akan membahas tentang tinjauan umum kekuatan berpikir positif untuk mencapai kesembuhan (studi terhadap pasien kanker payudara rumah sakit kariadi semarang). Bab ini akan dibagi menjadi beberapa sub yaitu: kekuatan berpikir positif yang meliputi pengertian berpikir positif. Pengertian berpikir positif diambil dari beberapa sumber di antaranya Kamus Besar Bahasa Indonesia dan beberapa pendapat ahli sehingga didapatkan pengertian yang komprehensif mengenai berpikir positif. Hal-hal yang mempengaruhi juga perlu disebutkan di sini agar pembaca lebih bisa memahami secara lengkap. serta manfaatnya menjadi pembahasan selanjutnya agar urgensi dari berpikir positif dapat diketahui oleh pembaca sehingga muncul kesadaran untuk mengetahui lebih dalam tentang tema ini. Sedangkan pembahasan tentang kanker payudara, peneliti hanya mengetengahkan tentang pengertian kanker payudara, factor-faktor penyebab kanker payudara, stadium kanker payudara, serta cara mendeteksi dini kanker payudara (SADARI). Adapun pembahasan mengenai jenis-jenis kanker payudara tidak dibahas dalam skripsi ini karena dirasa sudah cukup dengan

penelitian-penelitian sebelumnya dan agar pembahasan daalam skripsi ini tidak teralalu luas.

Pada bab ketiga peneliti akan memaparkan selayang pandang serta profil Rumah Sakit kariadi semarang. Dalam pembahasan ini, peneliti mengetengahkan tentang sejarah berdirinya Rumah Sakit Kariadi semarang, visi, misi dan filosofinya, sarana dan prasarana, sumber daya manusia, keadaan geografis. Dan juga profil dari pasien kanker payudara rumah sakit kariadi semarang (pasien rawat jalan) yang menjadi objek penelitian.

Bab keempat merupakan inti dari skripsi ini, karena peneliti menulis analisis tentang kekuatan berpikir positif dalam mencapai kesembuhan (studi terhadap pasien kanker payudara rumah sakit kariadi semarang) yang disusun dalam dua sub bab yaitu;

1. Bagaimanakah kekuatan berpikir positif.
2. Bagaimana kekuatan berpikir positif mampu memberikan kesembuhan bagi pasien kanker payudara Rumah Sakit Kariadi Semarang.

Bab kelima merupakan penutup. Sebagai bab terakhir dari keseluruhan pembahasan, peneliti menyusun bab ini dalam tiga sub bab yaitu: kesimpulan yang berisi benang merah dari keseluruhan bab yang ada, saran-saran berupa masukan secara umum kepada pembaca terkait berpikir positif dan masukan bagi penelitian selanjutnya, dan penutup.

BAB II

PIKIRAN POSITIF DAN KANKER PAYUDARA

A. Pikiran Positif

Pikiran adalah alat ukur yang digunakan manusia untuk memilih sesuatu yang nilai lebih baik dan lebih menjamin masa depan diri dan keluarganya. Dengan berfikir, kata James Allan, seorang bisa menentukan pilihannya, dalam Psikologi Sosial, ilmuwan mendefinisikan berfikir sebagai bagian terpenting yang membedakan manusia dari binatang, tumbuh-tumbuhan, dan benda mati. Dengan berfikir, manusia bisa membedakan yang bermanfaat dan yang tidak bermanfaat, antara yang halal dan yang haram, antara yang positif dan yang negatif¹.

Pikiran positif menghasilkan sebuah perbuatan dan hasil positif². Sebaliknya pikiran negatif menghasilkan perbuatan dan hasil negatif. siapa saja yang berpikir positif, akan berperilaku positif, perilaku positif yang sering dilakukan menjadi kebiasaan positif, kebiasaan positif yang telah lama dilakukan disebut sebagai karakter³.

Pikiran yang baik akan menghasilkan rasa optimis dalam diri dan semangat untuk sembuh, pikiran optimis untuk sembuh akan

¹ Ibrahim Elfiky, *Terapi Berfikir Positif: Biarkan mukjizat dalam diri anda melesat agar hidup lebih sukses dan lebih bahagia*, penerj Khalifulrahman Fath dan M. Taufik Daman, Jakarta: zaman, 2009, hlm. 3.

² *Ibid*, hlm. 205.

³ Abu salman farhan al-atsary , *the amazing husnudzon ; Menjemput kesuksesan dengan berpikir positif* , Yogyakarta qudsy media 2013, hlm 14.

menjadikan pasien merasa harus lebih kuat dan semangat untuk menjalani masa penyembuhan. Sebaliknya, jika pikiran negatif maka pasien akan pesimis dan memiliki harapan yang tidak baik bagi kesehatannya.

Kekuatan pikiran bisa memberikan efek yang besar bagi kesehatan. Hal ini dituturkan oleh Charles E. Damping, Spkj, staf pengajar di departemen psikiatri FKUI. “Efek penyembuhan plasebo memang ada. Banyak pasien yang sembuh karena punya keyakinan bahwa obat yang diberikan menyembuhkan, meskipun diberikan obat kosong”. Maka itu, kekuatan pikiran amat manjur bagi penyembuhan kanker.⁴

Ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara pikiran dan tubuh (*mind/body connection*).⁵ Oleh sebab itu hendaknya proses penyembuhan tidak hanya dilakukan secara medis saja, melainkan secara psikologis juga sangat berpengaruh. Menurut Vicky, semua bentuk penyembuhan sebenarnya selalu dimulai dari dalam. Sedangkan semua perlakuan yang berasal dari luar seperti aneka tindakan medis seperti obat hingga operasi sifatnya membantu memicu terjadinya proses penyembuhan. Karena dalam diri setiap

⁴ <http://id-id.facebook.com/fuji.lpb/posts/515856761783746>, diunduh pada hari Rabu tanggal 20 Mei 2015 pukul 13.30 WIB.

⁵ Joan Borysenko & Miroslav Borysenko, *The Power of The Mind to Heal*, Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2002, hlm. 4.

orang, tersimpan energi yang sangat kuat yang dikenal sebagai energi spiritual⁶.

Menurut Ibrahim Elfiky setidaknya ada 7 hal yang bisa membebaskan diri dari penyakit mental dan fisik, yakni:

1. Problematika hanya ada dalam persepsi
2. Jangan biarkan masalah tetap berada pada tempat yang kita temui
3. Jangan jadi masalah, pisahkan diri dari masalah
4. Belajar dari masa lalu, hidup pada masa sekarang, tentukan target masa depan
5. Selalu ada nilai spiritual dalam setiap problematika hidup
6. Perubahan pikiran dengan berbagai alternatif akan merubah realitas dan pikiran yang akan memunculkan realitas baru pula
7. Allah tidak menutup satu pintu kecuali membukakan pintu lain yang lebih baik.

Hal diatas disesuaikan juga dengan sebuah hadits yang menerangkan bahwa Allah sesuai prasangka Hamba-Nya. Dari Abu Hurairah radhiallahu anhu dia berkata, Nabi shallallahu alaihi wa sallam bersabda:

يَقُولُ اللَّهُ تَعَالَى : أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي وَأَنَا مَعَهُ إِذَا ذَكَرَنِي فَإِنْ ذَكَرَنِي فِي نَفْسِهِ ذَكَرْتُهُ فِي نَفْسِي وَإِنْ ذَكَرَنِي فِي مَلَأٍ ذَكَرْتُهُ فِي مَلَأٍ خَيْرٍ مِنْهُمْ وَإِنْ تَقَرَّبَ إِلَيَّ بِشَيْءٍ تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ ذَرَأًا

⁶ <http://berfikir-positif-kesehatan-tubuh.html/>, diunduh pada hari Sabtu tanggal 3 April 2015 pukul 11.30 WIB.

وَأِنْ تَقَرَّبَ إِلَى ذِرَاعًا تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ بَاعًا وَإِنْ أَتَانِي يَمْشِي أَتَيْتُهُ هَرُولَةً (رواه البخاري، رقم 7405 ومسلم، رقم 2675)

“Allah Ta’ala berfirman, 'Aku tergantung persangkaan hamba kepadaKu. Aku bersamanya kalau dia mengingat-Ku. Kalau dia mengingatkanKu pada dirinya, maka Aku mengingatkannya pada diriKu. Kalau dia mengingatkanKu di keramaian, maka Aku akan mengingatkannya di keramaian yang lebih baik dari mereka. Kalau dia mendekat sejengkal, maka Aku akan mendekat kepadanya sehasta. Kalau dia mendekat kepada diri-Ku sehasta, maka Aku akan mendekatinya sedepa. Kalau dia mendatangi-Ku dengan berjalan, maka Aku akan mendatangnya dengan berlari." (HR bukhari, no. 7405 dan Muslim, no. 2675)

Kesehatan dan penyakit itu merupakan bagian dari alam. Ketika kita sakit, seseungguhnya alam sudah menyediakan stok obatnya.sehat sakitnya seseorang sangat dipengaruhi oleh bagaimana sikap seseorang terhadap keseimbangan alam ini. Semakin kita bisa selaras dengan alam maka sistem saraf, otak, dan tubuh juga semakin harmoni. Dampak positif ini bisa dicapai dengan kekuatan berfikir positif

Menurut Ibrahim Elfiky prinsip Kekuatan Pikiran yaitu:

1. Pikiran membuat Arsip Memori dalam Akal

Ketika lahir, manusia itu bersih. Data-data dalam otaknya jernih. Ia belum mengerti makna dan bahasa apapun. Bahkan, ia

belum mengerti apa yang terjadi disekitarnya. Orang tua mulai mengajaknya berkomunikasi dengan ekspresi wajah dan gerakan tubuh sampai berulang-ulang sampai sibuah hati bisa mengucapkan kata-kata. Seiring waktu bejalan, ia tumbuh besar. Ia mulai memiliki pengetahuan sederhana tentang suatu yang terjadi di sekitarnya. Pengetahuan ini memberinya pengertian tentang apa yang ia tangkap dan memberikan kata tertentu yang menggambarkan pengertian itu. Disinilah akal mulai membuka file-file kognitif bagi pengertian ini. Setiap kali mengetahui pengertian lain dari sebuah kata, terbentuklah file sendiri untuk pengertian tersebut.⁷

Maka, ketika seorang anak mendapatkan pengalaman dalam pengertian tertentu, akal akan merekam pengalaman itu dalam file khusus. Jadi dalam akal terdapat banyak arsip atau file yang berisi pengetahuan, bahasa, norma, keyakinan, dan prinsip. Setiap kali menghadapi pengalaman baru, otak mengidentifikasi dengan menggunakan data-data yang sudah ada, lalu menyimpan pengalaman baru itu di dalam file sejenis⁸.

Otak adalah alat yang sangat kuat yang dapat berdampak positif atau negatif pada kehidupan. Frekuensi otak mempengaruhi bagaimana seseorang berpikir, bagaimana perasaan dan bagaimana bereaksi terhadap kehidupan setiap hari.

⁷ Ibrahim Elfiky, *Terapi Berfikir Positif*, hlm.13.

⁸ *Ibid*, hlm. 14.

Jika bisa mengontrol otak memungkinkan untuk mengalami frekuensi rendah yang berkaitan dengan relaksasi, kewaspadaan, fokus, kesadaran kebahagiaan, terbangun dan manifestasi. Pikiran mempengaruhi realitas. Dengan mengubah apa yang dipikirkan benar-benar dapat mengubah cara otak beroperasi dan merasa. Menciptakan pola pikir positif dapat mengarah pada kesehatan yang lebih baik, membantu hidup sehat, dan membantu menarik kesuksesan dan kesempatan, dan bahkan cinta ke dalam hidup⁹.

Berpikir positif akan menciptakan realitas positif. Sebagian besar dari manusia memiliki beberapa pola pikir negatif yang telah terprogram dalam alam bawah sadar. Tanpa disadari, pikiran-pikiran negatif mempengaruhi tingkat frekuensi otak ke titik di mana merasa lelah, frustrasi, stres, marah, gelisah dan perasaan negatif lainnya.¹⁰

2. Pikiran membuat pola pikir (mindset)

Mindset atau pola pikir adalah sering memikirkan sesuatu dan menggambarkan bahwa pengalaman tertentu memiliki efek tertentu. Orang yang merasa pusing ketika bangun tidur di pagi hari, itu karena selalu berfikir dan membuat gambaran internal tentang

⁹Ibid, hlm. 14

¹⁰ <http://pulsanet.com/berfikir-positif-untuk-kesembuhan/>, diunduh pada hari Senin, 6 April 2015 pukul 11.00 WIB.

kepusingan itu. Akibatnya, pikiran dan gambaran internal itu benar-benar membuat merasa pusing setiap kali bangun pagi.

Pola pikir adalah sekumpulan pikiran yang terjadi berkali-kali diberbagai tempat dan waktu serta diperkuat dengan keyakinan dan proyeksi sehinggamenjadi kenyataan yang apat dipastika disetiap tempat dan waktu yang sama¹¹.

3. Pikiran mempengaruhi fisik

Bayangkan bila seseorang sedang menonton film misteri pukul dua malam. Sarafnya pasti tegang mendengar suara televisi. Apa yang sedang terjadi pada pikiran, ekspresi wajah, dan gerakan tubuhnya? Begitu juga Bila seseorang sedang menghadiri kuliah, kemudian sang dosen mengambil palu dan memukulnya ke papan tulis berkali-kali, pasti tubuhmu akan bergedik.

Ini bukti bahwa apa yang seseorang pikirkan menjadi pusat perhatian akal. Kemudian membuka memori yang tersimpan di file khusus hingga mempengaruhi tubuh saat itu juga. Jika memikirkan sesuatu yang menakutkan, seseorang akan merasakan hal itu ditubuhnya. Jika memikirkan sesuatu yang membuat berputus asa, seseorang akan merasakan hal itu di tubuhnya. Jika memikirkan sesuatu yang membahagiakan, seseorang akan merasakan hal itu di tubuhnya.

¹¹ Ibrahim Elfiky, *Terapi Berfikir Positif*, hlm.18.

“Di sisi lain, kondisi tubuh juga mempengaruhi akal: membuat file yang sejenis dengan kondisi tubuh. Jika tubuh dalam kondisi kuat dan tangguh, akal akan menerima kondisi itu lalu membuka file kekuatan dan ketangguhan. Akal memiliki kemampuan mengobati tubuh dan membantunya bebas dari penyakit. Pikiran seseorang akan mempengaruhi pada tubuh, potensi dan semangatnya. Selain itu perhatikan kondisi tubuh karena akan mempengaruhi pada pikiran. Baik negatif maupun positif¹². Sebagaimana diungkapkan bahwa kesehatan bukanlah segala-galanya, tetapi tanpa kesehatan segalanya bukanlah apa-apa. Kesehatan memiliki makna dan dimensi yang luas sesuai definisi menurut WHO maupun Undang-undang Kesehatan, yaitu keadaan sehat yang meliputi aspek fisik, mental, spiritual dan sosial serta dapat produktif secara sosial maupun ekonomis. Hal ini menunjukkan bahwa status kesehatan seseorang tidak hanya diukur dari aspek fisik dan mental semata, namun juga dinilai berdasarkan produktivitas sosial atau ekonomi. Kesehatan mental (jiwa) mencakup komponen pikiran, emosional dan spiritual. Secara spiritual, sehat tercermin dari praktek keagamaan, kepercayaan, dan perbuatan yang baik sesuai norma dalam masyarakat”¹³.

4. Pikiran mempengaruhi perasaan

Perasaan tak ubahnya bahan bakar bagi manusia. Perasaan adalah reaksi alamiah dan pikiran dari diri seseorang. Pikiran adalah karunia Allah, dia jadikan seseorang mengetahui makna setiap perasaan, baik yang positif seperti cinta, kasih sayang, kebahagiaan, kedamaian, ketenangan, kelapangan dan sebagainya, atau yang bersifat negatif seperti marah, benci,

¹² *Ibid*, hlm. 26.

¹³ Soekidjo Notoatmodjo. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta, 2003, hlm. 34.

dendam dan sebagainya. Selain itu Allah memberikan seseorang kemampuan menguasai pikiran Dia berfirman.

لَهُ مُعَقِّبَتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۚ وَمَا لَهُمْ مِّنْ دُونِهِ مِنِّ وَالٍ ﴿١١﴾

“Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum hingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri (al-Ra’ud: 11)”

“Setiap kali mempelajari ilmu modern, seseorang menemukan kekuatan makna ini. Sebab, perubahan benar-benar dari dalam yaitu dari pikiran, file-file yang ada, citra diri, penghargaan terhadap diri sendiri, nilai-nilai, dan keyakinan kuat yang tersimpan di akal bawah sadar. Semua itu bersifat internal. Perasaan juga bersumber dari pikiran. Karena itu jika seseorang ingin benar-benar mengubah kehidupan menjadi lebih baik maka mulailah hari ini. Perhatikan pikiran dan kuasai. Seseorang akan menyaksikan perbedaan besar dalam diri dan perubahan positif yang terjadi dalam kehidupan”¹⁴.

5. Pikiran mempengaruhi perilaku

Sampai saat ini masih membicarakan tentang kekuatan pikiran dan pengaruhnya terhadap akal yang membuat seseorang berkonsentrasi pada sesuatu. Konsentrasi ini menyebabkan lahirnya perasaan tertentu dalam diri seseorang. Selanjutnya perasaan mendorong seseorang untuk bersikap. Saat inilah

¹⁴ Ibrahim Elfiky, *Terapi Berfikir Positif*, hlm. 31.

terlihat ekspresi wajah dan tubuh anda bergerak untuk menguatkan ucapan. Penggerak utama semua itu adalah pikiran.

“Manusia adalah ciptaan Allah yang paling sempurna. Ia dibentuk oleh kehidupan, pengetahuan, nilai-nilai dan keyakinan yang melahirkan sikap. Karena itu lebih dari 90% sikap seseorang bersifat spontan, terjadi tanpa pertimbangan logis. Sikap sering terjadi karena kebiasaan dan pengaruh dari luar. Jangan melakukan generalisasi hingga mengatakan bahwa orang tertentu sebagai sosok yang negatif, seperti istriku payah, dan anakku gagal. Sebab yang orang vonis adalah sikap, bukan manusianya. Jangan pula mengatakan hal itu pada diri sendiri. Bedakan antara diri dan sikap. Seseorang bukan mengalami rasa takut, cemas atau gugup. Semua itu terjadi karena ada kondisi yang membuat seseorang berfikir takut atau cemas. Kondisi inilah yang membuat seseorang tidak bisa tampil sebagai makhluk Allah yang paling sempurna”¹⁵.

6. Pikiran mempengaruhi Kesehatan

Dalam *Energy Medicine* Dr Herbert Spencer dari universitas Harvard mengatakan bahwa jiwa dan tubuh saling melengkapi. Ia juga mengatakan bahwa lebih dari 90% penyakit tubuh disebabkan oleh jiwa. Inilah yang disebut dengan *Psycho-somatic Disease*. Istilah ini berasal dari kata *psycho* yang berarti jiwa dan *soma* yang berarti tubuh. Maksudnya jiwa (*psycho*) berfikir dan mempengaruhi tubuh (*soma*).

Pada tahun 1986, salah satu Fakultas Kedokteran di San Fransisco menambahkan dalam sebuah penelitian tentang dialog

¹⁵ *Ibid*, hlm. 36.

dengan jiwa. Menurut hasil penelitian itu, lebih dari 75% penyakit tubuh berasal dari dialog negatif dengan jiwa. Itulah yang oleh ahli jiwa disebut “Sandiwara Internal”. Inilah cara orang menggambarkan kehidupan dalam benaknya, termasuk pikiran-pikiran dan susunan dalam mental. Yang demikian ini menyebabkan banyak penyakit, antara lain serangan jantung, pusing, tekanan darah, melemahkan sistem syaraf, dan menurunkan kekebalan tubuh. Bahkan dapat menyebabkan kanker.

Ahli pengobatan dengan energi yang lain, memtak China, menulis dalam buku Inner Smile bahwa pikiran mempengaruhi panca indra kemudian memengaruhi seluruh anggota tubuh bagian dalam. Hal ini menyebabkan hilangnya keseimbangan energi seseorang dan mengakibatkan munculnya berbagai penyakit. Dalam sebuah Hadist Rasulullah bersabda.

“Jangan kalian pura-pura sakit sehingga benar-benar jatuh sakit”.

Hadist ini menegaskan bahwa pikiran bisa menimbulkan penyakit. Jika seseorang selalu pura-pura sakit, lambat laun akan menjadi kenyataan.

Pikiran negatif bisa membuat degup jantung semakin kencang, tekanan darah meninggi, nafas semakin cepat, tubuh gemetar, suhu tubuh berubah sehingga sangat berpengaruh pada sistem saraf dan kekebalan tubuh. Selain itu pikiran negatif bisa

membuat seseorang merasa tercekik, berkeringat, berbicara terbata-bata dan lain-lain. Semua itu bisa terjadi hanya dengan satu pikiran¹⁶.

Pikiran negatif adalah kebalikan dari pikiran positif yang kerap ada pada pikiran manusia. Biasanya, pikiran negatif muncul dan memasuki pikiran yang sedang kosong, sehingga bagi sebagian orang sulit menghindarinya. Pola pikiran negatif dapat terlihat dari cara seseorang memandang atau merespon persoalan yang sering mengabaikan rasionalitas, logika, fakta atau informasi yang relevan. Pikiran negatif jika dipelihara dan berlangsung lama akan mempengaruhi organ-organ tubuh tertentu sehingga mengalami penurunan kualitas dan akhirnya membuat seseorang tidak bisa menjalankan aktivitas dengan maksimal. Akibatnya muncul berbagai penyakit degeneratif, ringan maupun berat. Dampak yang lebih buruk lagi, pikiran negatif menyebabkan seseorang tidak mampu berbuat apa-apa untuk menciptakan prestasi maupun kebahagiaan¹⁷.

Kondisi psikis seseorang bisa mempengaruhi kondisi fisik seseorang. Seseorang yang cemas dan depresi, akan mengalami penurunan daya tahan tubuh dan menjadi lebih mudah sakit. Pikiran

¹⁶ Ibrahim Elfiky, *Terapi Berfikir Positif*, hlm. 68.

¹⁷ Moh. Ahyak, *Mengatasi Pikiran Negatif*, Jakarta:

Saufa.m.kompasiana.com/post/read/692249/1/dampak-buruk-pikiran-negatif-kesehatan.html, diunduh pada hari Rabu tanggal 20 Mei 2015 pukul 19.30 WIB.

positif akan menimbulkan respon fisik yang positif, dan pikiran yang negatif akan memicu respon yang negatif¹⁸.

Pikiran negatif sejatinya lebih berbahaya dari pada yang dibayangkan. Ia merangkai hidup ini menjadi mata rantai penderitaan, perasaan negatif, perilaku negatif, dan hasil yang negatif seperti sakit jiwa, kesepian, dan ketakutan. Pikiran negatif mencari dan memikirkan hal-hal negatif yang terjadi di masa lalu, kemudian menimbulkan rasa cemas dan menumbuhkan rasa takut menghadapi masa depan. Jika sudah demikian, hidup akan diwarnai perasaan dan keyakinan negatif hingga menimbulkan berbagai masalah. Dan orang yang berfikir secara negatif memiliki kekuatan imajinasi untuk masuk dalam berbagai hal negatif kendati berhadapan dengan sesuatu yang positif¹⁹.

Selain itu pikiran-pikiran negatif yang seringkali muncul dapat menyebabkan stres, cemas maupun depresi obsesif. Sumber permasalahan berupa pola pikir yang negatif terhadap diri, lingkungan dan masalah yang dihadapi pada hakekatnya merupakan suatu ancaman bagi keberlangsungan hidup sehingga individu perlu mengantisipasinya²⁰. Wicaksana, menambahkan bahwa kondisi stres

¹⁸ <http://pulsanet.com/berfikir-positif-untuk-kesembuhan/>, diunduh pada hari Rabu, 8 April 2015 pukul 19.15 WIB.

¹⁹ Ibrahim Elfiky, *Terapi Berfikir Positif*, hlm. 145.

²⁰ Stallard, P. 2005. *A clinician's guide to think good-feel good: using cbt with children and young people*. West sussex: John Wiley & Sons. Diunduh dari <http://www.psychology.yahoo.com> bulan. pada hari Kamis, 16 April 2015 pukul 18.30 WIB.

dapat berlanjut menjadi gangguan mental dan perilaku, namun dapat pula tidak karena tergantung pada kuat lemahnya status mental atau kepribadian seseorang. Banyak kasus stres terjadi karena kurang mampunya individu menghadapi sumber stres ini.²¹

Sedangkan apabila seseorang berfikir positif dapat menghadirkan kebahagiaan, sukacita, kesehatan, serta kesuksesan dalam setiap situasi dan tindakan. Apapun yang seseorang harapkan, pikiran positif akan mewujudkannya. Jadi berfikir positif juga merupakan sikap mental yang mengharapkan hasil yang baik serta menguntungkan²². Berfikir positif adalah sumber kekuatan dan sumber kebebasan. Disebut sumber kekuatan karena ia membantu memikirkan solusi sampai mendapatkannya. Dengan begitu bertambah mahir, percaya, dan kuat. Disebut sumber kebebasan karena dengannya seseorang akan terbebas dari penderitaan dan kungkungan pikiran negatif serta pengaruh pada fisik²³.

Berpikiran juga positif merupakan cara pandang seseorang yang mengedepankan atau melihat sesuatu dan segala apa yang terjadi dalam hidupnya sebagai pengalaman yang sangat berharga untuk kesuksesannya. Ini dikarenakan, pasti ada sisi positif yang dapat

²¹ Wicaksana 2005. *Depresi dan solusinya*. Diunduh dari <http://www.psychology.yahoo.com> diunduh pada hari Kamis, 16 April 2015 pukul 19.00 WIB.

²² www.akuingin.sukses.com/kekuatan/pikiran/positif/, diunduh pada hari Rabu tanggal 20 Mei 2015 pukul 13.30 WIB.

²³ Ibrahim Elfiky, *Terapi Berfikir Positif*, hlm. 205.

diambil dari setiap kejadian, masalah maupun pengalaman hidup yang pernah seseorang jalani. Berpikiran positif ternyata juga memiliki efek luar biasa untuk meningkatkan kesehatan tubuh anda seseorang²⁴.

1. Manfaat Berfikir Positif

Ada beberapa manfaat dahsyat berpikiran positif bagi kesehatan tubuh seseorang yaitu :

- a. Memiliki Kemampuan Menangkal Tingkat Stres Yang Dimiliki. Beban pekerjaan dan beban hidup yang kian bertambah mampu meningkatkan stres pada pikiran. Bagi mereka yang berpikiran positif, akan mengambil setiap hikmah dari berbagai beban pekerjaan dan beban hidup yang mereka miliki dan mengatasi serta mencari solusinya bukan hanya meratapinya.
- b. Meningkatkan Daya Tahan Tubuhnya. Mengisi otak dengan berbagai pikiran yang positif akan mampu meningkatkan sistem kekebalan tubuh yang dimiliki. Dengan kekebalan tubuh yang terus meningkat, maka berbagai penyakit akan sangat sulit untuk menyerang tubuh anda.
- c. Meningkatkan Kesehatan Organ Jantung. Bagi yang selalu berpikiran positif akan selalu bersyukur dan menjaga nikmat sehat yang mereka miliki. Dengan berusaha untuk bergaya

²⁴ <http://intips-kesehatan.blogspot.com/2014/04/manfaat-pikiran-positif-kesehatan-tubuh.html>, diunduh pada hari Kamis tanggal 9 April 2015 pukul 19.30 WIB.

hidup sehat, menjaga kesehatan seluruh organ termasuk jantung dan tidak meracuni tubuhnya dengan berbagai makanan yang bisa membahayakan kesehatannya.

- d. Tidak Pernah Berhenti Berusaha Untuk Kesembuhannya. Bagi mereka yang berpikiran positif tidak akan menyerah dengan penyakit yang dideritanya. Mereka akan selalu mencari solusi dan mencari kesembuhan atas penyakitnya. Karena setiap penyakit pasti ada obatnya.
- e. Selalu Percaya Diri Atas Cacat Fisik Yang Dimilikinya. Setiap orang dilahirkan berbeda dari fisik maupun sikapnya. Terkadang mereka memiliki cacat fisik dalam tubuhnya. Namun berusaha bersyukur dan berpikiran positif akan membuat mereka menemukan kelebihan yang ada pada dirinya yang tidak dimiliki oleh orang yang sempurna fisiknya²⁵.

2. Cara Berfikir Positif

Pikiran positif tidak hanya memiliki dampak baik untuk mood dan keadaan psikologi seseorang., tetapi bagi kesehatan. Namun selalu berfikir positif tentu tidak bisa dilakukan semua orang.

²⁵ <http://intips-kesehatan.blogspot.com/2014/04/manfaat-pikiran-positif-kesehatan-tubuh.html>, diunduh pada hari Rabu, 15 April 2015 pukul 19.00 WIB

Menurut huffington Post (09/12) ada beberapa cara berfikir positif setiap hari yaitu²⁶:

a. Bersyukur

Jangan berfokus pada apa yang tidak seseorang miliki. Cobalah untuk mengingat hal-hal baik yang menjadi milik seseorang. Ingatlah semua hal baik yang pernah terjadi. Bersyukur atas hidup dan menghargai apa yang anda miliki adalah peraturan pertama untuk selalu berfikir positif.

b. Ambil Tanggung Jawab

Seseorang memang tidak bisa mengendalikan apa yang akan terjadi. Namun seseorang selalu bisa mengendalikan pikiran, perasaan, dan tindakan. Jadi ketika ada hal buruk yang terjadi, katakan pada diri sendiri: “ Aku Bertanggung jawab pada perasaan dan pikiranku, dan aku memutuskan untuk merasa bahagia dan tegar”

c. Ubah ”tidak bisa” menjadi “bisa”

Ini mungkin membutuhkan latihan, namun jelas bisa berhasil jika seseorang tekun menerapkannya. Cobalah mengubah struktur kalimat yang negatif menjadi positif.

d. Berbuat baik

Berbuat baik pada orang lain bisa membawa dampak besar bagi seseorang. Ingat ketika membantu orang lain

²⁶M. Merdeka.com/sehat/10-cara-tingkatkan-pikiran-positif.html, diunduh pada hari Rabu tanggal 20 Mei 2015 pukul 13.30 WIB.

memberikan rasa bahagia dan puas sehingga membuat seseorang menjadi lebih positif.

e. Lihat sisi baik

Setiap situasi selalu memiliki dua sisi jika seseorang bisa menemukannya. Untuk itu cobalah cari sisi positif pada setiap situasi.

f. Istirahat

Setiap orang perlu istirahat dan menenangkan diri sesekali. Istirahat bisa saja berarti memelankanketika berjalan, merenung sejenak apa yang sudah seseorang lakukan, serta menyegarkan pikiran darirasa khawtir dan cemas.

g. Tentukan tujuan

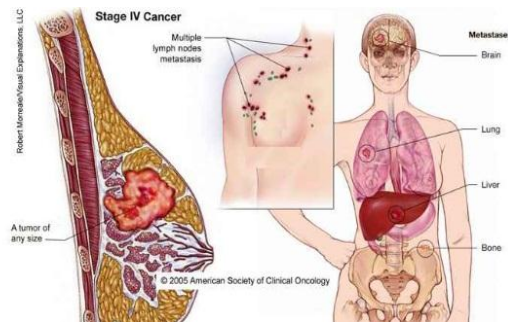
Menjadi kapten bagi diri dan keinginan seseorang adalah suatu keharusan. Jangan mau terombang-ambing oleh pendapat orang lain. Mengikuti jalan yang diputuskan sendiri akan memberikan rasa percaya diri yang tinggi.

B. Kanker Payudara

Kanker adalah segolongan penyakit yang ditandai dengan pembelahan sel yang tidak terkendali dan kemampuan sel-sel tersebut untuk menyerang jaringan biologis lainnya, baik dengan pertumbuhan langsung jaringan di jaringan yang bersebelahan (Invasi) atau dengan migrasi sel ketempat yang jauh (Metastasis).

Pertumbuhan yang tidak terkendali tersebut disebabkan kerusakan DNA, menyebabkan mutasi di gen vital yang mengontrol pembelahan sel.ter dari keganasan²⁷.

Kanker adalah suatu penyakit neoplasma ganas yang mempunyai spektrum yang sangat luas dan kompleks. Hampir tidak ada kanker yang tidak dapat sembuh dengan spontan. Setiap 11 menit ada 1 orang penduduk dunia yang meninggal karena kanker, setiap 3 menit ada satu penderita kanker baru²⁸.



Gamabr 1.1 Bentuk Kanker Payudara

1. Jenis-jenis kanker

Jenis kanker yang telah dikenal hingga saat ini²⁹

a. Karsinoma

Yaitu jenis kanker yang berasal dari sel yang melapisi permukaan tubuh atau permukaan saluran tubuh, misalnya

²⁷ Sri Utami, *Aku Sembuh Dari Kanker Payudara*, Yogyakarta: PT Suka Buku, hlm.93.

²⁸ Yustiana Olfah, dkk, *Kanker Payudara dan Sadari*, Yogyakarta: Nuha Medika, hlm. 1.

²⁹ Sri Utammi, *Aku Sembuh Dari Kanker Payudara*, hlm. 95-96.

jaringan seperti sel kulit, testis, ovarium, kelenjar mucus, sel melanin, payudara, leher rahim, kolon, rektum, lambung, dan esofagus.

b. Limfoma

Yaitu jenis kanker yang berasal dari jaringan yang membentuk darah, misalnya jaringan limfe, lacteal, limfa, berbagai kelenjar limfe, timus dan sumsum tulang. Limfoma spesifik antara lain adalah penyakit Hodgkin (kanker Kelenjar Limfe dan Limfa)

c. Leukimia

Kanker jenis ini tidak membentuk massa tumor, tetapi memenuhi pembuluh darah dan mengganggu fungsi sel darah normal

d. Sarkoma

Yaitu suatu jenis kanker dimana jaringan penunjang yang berada dipermukaan tubuh seperti jaringan ikat, termasuk juga sel-sel yang ditemukan pada otot dan tulang.

e. Glioma

Yaitu kanker susunan syaraf, misalnya sel-sel glia (jaringan penunjang) disusunan saraf pusat

f. Karsinoma In Situ

Yaitu istilah yang digunakan untuk menjelaskan sel epitel abnormal yang masih terbatas di daerah tertentu sehingga masih dianggap lesi prainvasif (kelainan luka yang belum menyebar)

2. Sebab-Sebab Kanker

Penyebab kanker biasanya tidak dapat diketahui secara pasti karena penyebab kanker dapat merupakan gabungan dari sekumpulan faktor, genetik dan lingkungan. Menurut Sri Utamani ada 9 faktor yang diduga meningkatkan resiko terjadinya kanker, sebagai berikut³⁰.

a. Faktor Keturunan

Faktor genetik menyebabkan beberapa keluarga memiliki resiko lebih tinggi untuk menderita kanker tertentu bila dibandingkan dengan keluarga lainnya. Jenis kanker yang cenderung diturunkan dalam keluarga adalah kanker payudara, kanker indung telur, kanker kulit dan kanker usus besar.

b. Faktor Lingkungan

c. Faktor makanan yang mengandung bahan kimia

d. Virus

e. Infeksi

f. Faktor perilaku

³⁰ *Ibid* , hlm. 97-101.

- 1) Perilaku yang dimaksud adalah merokok dan mengonsumsi makanan yang banyak mengandung lemak dan daging yang diawetkan juga peminum minuman beralkohol.
- 2) Perilaku seksual yaitu melakukan hubungan intim di usia dini dan sering berganti-ganti pasangan.

g. Gangguan keseimbangan hormon

Hormon estrogen berfungsi merangsang pertumbuhan sel yang cenderung mendorong terjadinya kanker, sedangkan progesteron melindungi terjadinya pertumbuhan sel yang berlebihan. Ada kecenderungan bahwa kelebihan hormon estrogen dan kekurangan progesteron menyebabkan meningkatnya resiko kanker payudara, kanker leher rahim, kanker rahim dan kanker prostat dan buah zakar pada pria.

h. Radikla Bebas

i. Faktor kejiwaan, emosional

Stres yang berat dapat menyebabkan gangguan keseimbangan seluler tubuh. Keadaan tegang yang terus menerus dapat mempengaruhi sel, dimana sel menjadi hiperaktif dan merubah sifat menjadi ganas sehingga menyebabkan kanker³¹.

Sedangkan Payudara dalam bahasa latin disebut dengan nama mamma adalah organ organ tubuh bagian atas dada dari spesies mamalia berjenis kelamin betina, termasuk manusia. Payudara

³¹ *Ibid* , hlm. 97-101

memiliki tiga fungsi yaitu menyusui, peranan seksual, dan fungsi lain³².

Fungsi menyusui dikarenakan payudara memiliki kelenjar susu yang bisa memberikan nutrisi dalam bentuk air susu bagi bayi atau balita. Sementara dalam seksual, payudara memegang peranan penting dalam kebiasaan seksual manusia. Payudara merupakan salah satu karakteristik seks sekunder dan memegang peranan penting dalam daya tarik seksual pada patnernya, dengan kesenangan individual³³.

Salah satu penyakit payudara adalah kanker payudara atau *carcinoma mammae*. Kanker ini di Indonesia tergolong kanker nomor dua setelah kanker leher rahim, yang bersifat ganas. Jenis kanker ini bersifat menurun. Sering terjadi pada wanita yang tidak punya anak³⁴.

Istilah kanker payudara merujuk pada tumor ganas yang telah berkembang dari sel-sel yang ada di dalam payudara. Payudara secara umum terjadi dari dua tipe jaringan: jaringan glandular (kelenjar) dan jaringan stromal (penopang). Jaringan kelencar mencakup kelenjar susu (lobules) dan saluran susu (the milk passage, milk duct). Sedangkan jaringan penopang meliputi jaringan lemak dan jaringan serat konektif. Payudara juga dibentuk oleh

³² *Ibid*, hlm. 17.

³³ *Ibid*, hlm. 17.

³⁴ *Ibid*, hlm. 73-74.

jaringan lymphatic, sebuah jaringan yang berisi system kekebalan yang bertugas mengeluarkan cairan dan kotoran selular³⁵.

1. Penyebab kanker Payudara

Samapai saat ini belum diketahui secara pasti apa yang menyebabkan kanker payudara, namun beberapa faktor kemungkinannya adalah³⁶:

- a. Usia, kanker payudara meningkat pada usia remaja keatas
- b. Genetik, ada 2 jenis gen (BRCA1 dan BRCA 2) yang sangat mungkin sebagai resiko. Jika ibu atau saudara wanita mengidap penyakit kanker payudara, maka anda kemungkinan memiliki resiko kanker payudara 2 kali lipat dibandingkan wanita lain yang dalam keluarganya tidak ada penderita satupun
- c. Pemakaian obat-obatan, misalnya seorang wanita menggunakan therapy obt hormon pengganti HRT seperti hormon eksogen akan bisa menyebabkan peningkatan resiko mendapat penyakit kanker payudara.
- d. Faktor lain yang diduga sebagai penyebab kanker payudara adalah tidak menikah, menikah tapi tidak punya anak, melahirkan anak pertama sesudah usia 35 tahun, tidak pernah menyusui anak.

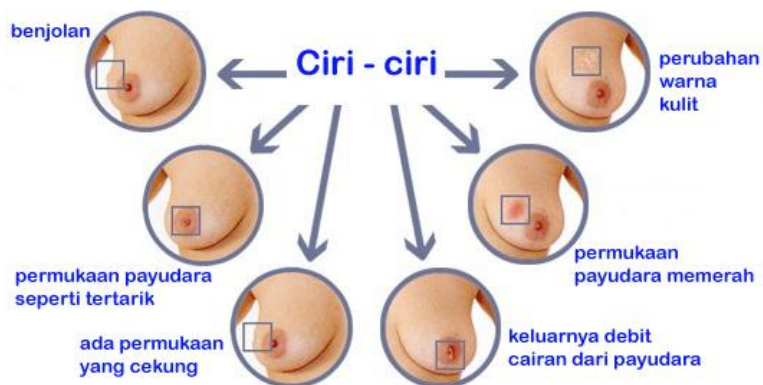
³⁵ *Ibid*, hlm. 130.

³⁶ *Ibid*, hlm.136-137.

Beberapa peneliti memungkinkan bahwa penyakit kanker payudara meningkat pada orang yang sering menghadapi kondisi stres (goncangan jiwa) dan juga bagi wanita yang sebelumnya mengalami menstruasi dibawah usia 11 tahun

2. Tanda dan Gejala

Penyakit kanker payudara ini sesungguhnya dapat diketahui dengan SADARI (periksa payudara sendiri) yang biasanya dilakukan setiap bulan sesudah menstruasi. Bila terdapat benjolan di sekitar payudara, dilakukan diagnose lebih lanjut dengan pemeriksaan mammografi. Adapun tanda-tanda dari kanker payudara umumnya diketahui dengan munculnya gejala utama berupa bejolan pada bagian payudara atau daerah dekat ketiak, namun benjolan ini tidak terasa nyeri atau sakit³⁷.



Gambar 1.2 Ciri-ciri Kanker Payudara

³⁷ Luwia, *Problematic dan Perawatan Payudara*, hlm.38.

Gejala kedua dapat berupa adanya perlekatan pada kulit, lekukan kulit, pengerutan kulit, terdapat kemerahan pada sekitar payudara, puting susu tertarik kearah dalam, dan perasaan nyeri dibagian tubuh yang lain, hal ini biasanya diakibatkan karena penyebaran penyakit tersebut³⁸.

Sedangkan Menurut Yustiana Olfah, dkk Tanda dan gejala umum yang menjadi keluhan terdiri dari keluhan benjolan atau massa di payudara, rasa sakit, keluar cairan dari puting susu, timbulnya kelainan kulit (dimpling, kemerahan, ulserasi, peau d'orange), pembekakan kelenjar getah bening atau tanda metastasis jauh³⁹.

Sedangkan jika berdasarkan fasenya tanda dan gejala kanker payudara terdiri dari⁴⁰:

a. Fase awal kanker payudara asimptomatik (tanpa tanda gejala).

Tanda gejala yang paling umum adalah benjolan dan penebalan pada payudara. Kebanyakan sekitar 90% ditemukan oleh penderita sendiri. Pada stadium dini, kanker payudara tidak menimbulkan keluhan.

b. Fase lanjut

³⁸ Gilbert, *Payudara: Apa yang perlu diketahui wanita*, Alih bahasa: Tjun Fang, Jakarta: Arcan 1986, hlm. 120.

³⁹ Yustiana Olfah, dkk, *Kanker Payudara dan Sadari*, hlm. 13.

⁴⁰ *Ibid*, hlm. 13-14.

- 1) Bentuk dan ukuran payudara berubah, berdasarkan dari sebelumnya
- 2) Luka pada payudara sudah lama tidak sembuh walau sudah diobati
- 3) Eksim pada puting susu dan sekitarnya sudah lama tidak sembuh walau diobati
- 4) Puting susu sakit, keluar darah, nanah atau cairan encer dari puting atau keluar air susu pada wanita yang sedang hamil atau tidak menyusui
- 5) Puting susu tertarik ke dalam
- 6) Kulit payudara mengerut seperti kulit jeruk
- 7) Metastase luas, berupa:
- 8) Pembesaran kelenjar getah bening supraklavikula dan servikal
- 9) Hasil rontgen thorax abnormal dengan atau tanpa efusi pleura
- 10) Peningkatan alkali fosfatase atau nyeri tulang berkait dengan penyebaran ke tulang
- 11) Fungsi hati abnormal

Sedangkan berdasarkan berat ringannya terdiri dari berbagai stadium yaitu⁴¹:

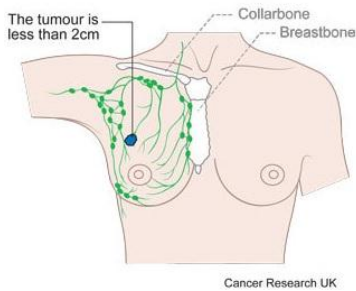
a. Stadium 0

⁴¹ *Ibid*, hlm.14-16.

Dikatakan stadium 0 karena kanker masih berada di pembuluh/saluran payudara serta kelenjar susu, belum mengalami penyebaran keluar dari area tersebut.

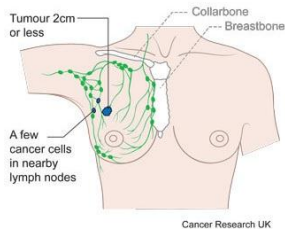
b. Stadium I

Stadium IA



Ukuran masih sangat kecil dan tidak menyebar serta belum ditemukannya pada pembuluh getah bening

Stadium IB

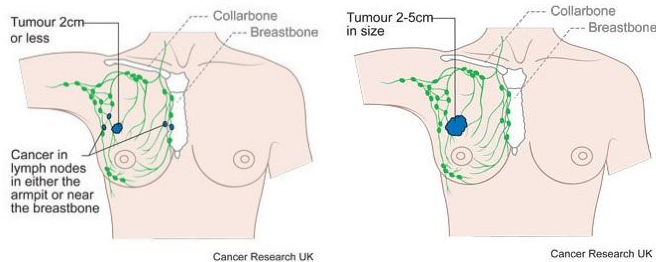


Kanker payudara stadium IB berarti sel kanker payudara dalam bentuk yang kecil ditemukan pada kelenjar getah

bening dekat payudara. Tidak ada tumor dalam payudara, atau tumor memiliki ukuran lebih kecil 2 cm.

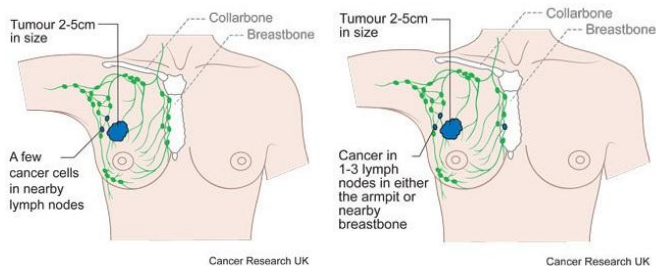
c. Stadium 2

Stadium IIA



- 1) Kanker berukuran lebih kecil dari 2 cm, mulai ditemukan titik-titik pada getah bening di area sekitar ketiak
- 2) Kanker telah berukuran 2-5 cm, pada pembuluh getah bening belum terjadi penyebaran titik-titik sel kanker
- 3) Titik-titik di pembuluh getah bening ketiak mulai ditemukan namun tidak ada tanda tumor pada bagian payudara

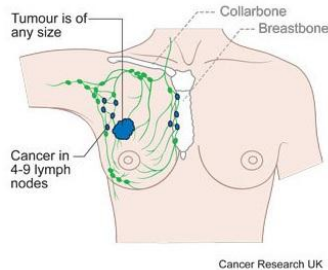
Stadium IIB



- 1) Kanker berukuran 2-5 cm
- 2) Titik-titik pembuluh getah bening pada ketiak telah tersebar sel-sel kanker payudara
- 3) Tumor telah berukuran 5 cm namun belum terjadi penyebaran

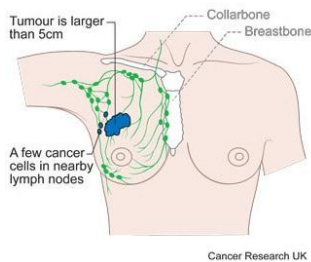
d. Stadium 3

Stadium IIIA

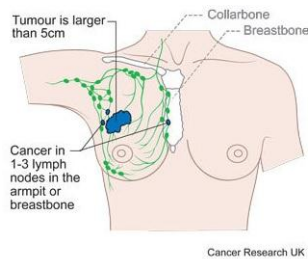


Kanker telah berukuran < 5 cm dan telah terjadi penyebaran sel-sel kanker pada titik-titik pembuluh getah bening di ketiak.

Atau

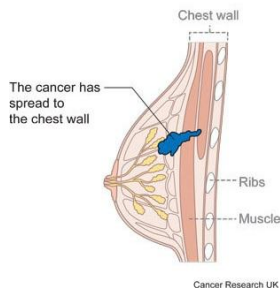


Tumor lebih besar dari 5cm dan bentk kecil sel kanker payudara berada di kelenjar getah bening. Atau



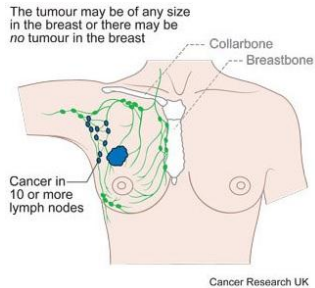
Tumor lebih dari 5 cm dan telah menyebar sehingga 3 kelenjar getah bening di ketiak atau ke kelenjar getah bening di dekat tulang dada.

Stadium IIIB



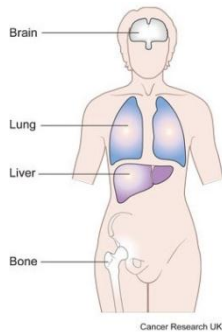
Terjadinya pembengkakan pada dinding dada yang juga sudah mulai adanya luka yang mnghasilkan nanah pada dada. Penyebarannya bisa sudah mengenai getah bening di ketiak dan lengan atas

Stadium III C



Telah dideteksi bahwa sel-sel kanker telah menyebar ke titik-titik pembuluh getah bening yaitu sekitar 10 area getah bening tersebar sel-sel kanker, tepatnya dibawah tulang selangka.

e. Stadium IV



Tidak diketahui telah berapa ukuran pasti sel kanker pada fase ini. karena sel kanker telah menyebar ke jaringan lainnya yang sulit untuk diketahui. Sel kanker yang menyebar telah mulai

menyebar ke berbagai lokasi, seperti tulang, paru-paru, hati dan juga tulang rusuk⁴².

- Stadium I : Tumor terbatas pada payudara dengan ukuran < 2 cm, tidak terfiksasi pada kulit otot pektoralis, tanpa dugaan metastasis aksila
- Stadium II : Tumor dengan diameter < 2 cm dengan metastasis aksila atau tumor dengan diameter 2-5 cm dengan atau tanpa metastasis aksila
- Stadium IIIA : Tumor dengan diameter > 5 cm tapi masih bebas dari jaringan sekitarnya dengan atau tanpa metastasis aksila yang masih bebas satu sama lainnya atau tumor dengan metastasis yang melekat
- Stadium III B : Tumor dengan metastasis infra atau supra klavikula atau tumor yang telah menginfiltrasi kulit dinding toraks
- Stadium IV : Tumor yang telah mengadakan metastasis jauh

3. Pemeriksaan Payudara dengan SADARI

Pemeriksaan payudara dapat dilakukan dengan melihat perubahan di hadapan cermin dan melihat perubahan bentuk

⁴² <http://faktakanker.com/kanker-payudara/stadium-kanker-payudara-tmn-gambar-dan-pengobatannya>, diunduh pada hari Jum'at, 17 April 2015 pukul 18.30 WIB.

payudara dengan cara berbaring. Pemeriksaan payudara dapat dilakukan dengan melihat perubahan di hadapan cermin dan melihat perubahan bentuk payudara dengan cara berbaring.

a. **Melihat Perubahan Di Hadapan Cermin.**

Lihat pada cermin, bentuk dan keseimbangan bentuk payudara (simetris atau tidak). Cara melakukan :

1) **Tahap 1**



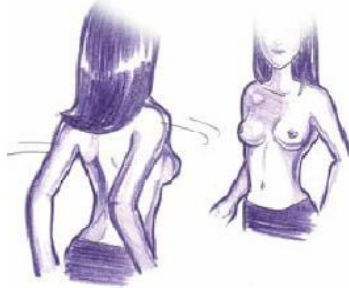
Melihat perubahan bentuk dan besarnya payudara, perubahan puting susu, serta kulit payudara di depan kaca. Sambil berdiri tegak depan cermin, posisi kedua lengan lurus ke bawah disamping badan.

2) **Tahap 2**



Periksa payudara dengan tangan diangkat di atas kepala. Dengan maksud untuk melihat retraksi kulit atau perlekatan tumor terhadap otot atau fascia dibawahnya.

3) **Tahap 3**



Berdiri tegak di depan cermin dengan tangan disamping kanan dan kiri. Miringkan badan ke kanan dan kiri untuk melihat perubahan pada payudara.

4) **Tahap 4**



Menegangkan otot-otot bagian dada dengan berkacak pinggang/ tangan menekan pinggul dimaksudkan untuk menegangkan otot di daerah axilla.

b. **Melihat Perubahan Bentuk Payudara Dengan Berbaring.**

1) Tahap 1. Persiapan



Dimulai dari payudara kanan. Baring menghadap ke kiri dengan membengkokkan kedua lutut Anda. Letakkan bantal atau handuk mandi yang telah dilipat di bawah bahu sebelah kanan untuk menaikkan bagian yang akan diperiksa. Kemudian letakkan tangan kanan Anda di bawah kepala. Gunakan tangan kiri Anda untuk memeriksa payudara kanan. Gunakan telapak jari-jari Anda untuk memeriksa sembarang benjolan atau penebalan. Periksa payudara Anda dengan menggunakan *Vertical Strip* dan *Circular*⁴³.

4. Pencegahan penyakit kanker payudara

Bagi seseorang yang merasakan ada hal yang tampak berbeda pada payudara, segeralah untuk memeriksakannya ke dokter jangan sampai terlambat. Misalnya adanya pembesaran sebelah,

⁴³ <http://www.lusa.web.id/pemeriksaan-payudara-sendiri-sadari/>, diunduh pada hari Jum'at, 17 April 2015 pukul 18.30 WIB.

adanya benjolan disekitar payudara, nyeri terus menerus pada puting susu dan sebagainya⁴⁴.

Tindakan lain yang bisa dilakukan adalah:

- a. Hindari kegemukan
 - b. Kurangi makanan lemak
 - c. Usahakan banyak mengonsumsi makanan yang mengandung vitamin A dan C
 - d. Jangan terlalu banyak makan makanan yang diasinkan dan diasapkan
 - e. Olahraga secara teratur
 - f. Check-up payudara sejak usia 30 tahun secara teratur
 - g. Diagnosa dan pengobatan kanker payudara
 - h. Penyakit kanker payudara dapat diketahui dengan pasti dengan cara pengambilan sample jaringan sel payudara yang mengalami benjolan (tidak biopsi). Dengan cara ini akan diketahui jenis pertumbuhan sel yang dialami, apakah bersifat tumor jinak atau tumor ganas (kanker).
5. Pengobatan kanker payudara

Bila wanita mengalami benjolan di payudaranya, maka proses penanganan dapat dilakukan dengan mendatangi dokter keluarga atau dokter umum. Bila benjolan tersebut diragukan keganasannya, langkah yang selanjutnya yaitu merujuk ke dokter bagian organik, setelah itu dilakukan biopsy. Bila terdeteksi

⁴⁴ Sri Utammi, *Aku Sembuh Dari Kanker Payudara*, hlm.141.

kanker maka proses pengobatan yang bisa dilakukan adalah pemberian obat-obatan yang bersifat kuratif atau masih dapat member harapan untuk sembuh bagi penderita yang memiliki stadium awal (stadium I dan II). Selain itu pengobatan paliatif atau menekan efek kanker pada stadium lanjut (III dan IV), kemoterapi, radioterapi dan operasi⁴⁵.

Sedangkan Menurut Dra. Sri Utami Pengobatan kanker yang disepakati ahli-ahli kanker sedunia adalah sebagai berikut⁴⁶

Tabel 2.1 Pengobatan Kanker Payudara

Stadium	Pengobatan
I	Dilakukan operasi dan kemoterapi
II	Operasi dilanjutkan dengan kemoterapi ditambah hormon
III	Operasi dilanjutkan dengan kemoterapi ditambah radiasi dan hormonal
IV	Dilakukan kemoterapi dilanjutkan dengan radiasi dan hormonal.
Lanjut	Setelah diobati harapan hidup pasien paling lama adalah empat tahun

⁴⁵ Junedi, dkk, *Kapita Selekta Kedokteran Jilid 2*, Jakarta: Fakultas Kedokteran UI, 1985, hlm. 716.

⁴⁶ Sri Utami, *Aku Sembuh Dari Kanker Payudara*, hlm. 143.

Selain pengobatan medis rata-rata orang yang terkena kanker biasanya mempunyai masalah cukup besar di keluarga atau di usahanya. Dan inilah yang menyebabkan sugesti positif dapat membantu untuk kesembuhan kanker. Contohnya, saat seseorang melihat sesuatu yang di anggap menjijikan, maka lambung akan merespon dengan rasa mual dan muntah, masalahnya tidak terletak pada lambung, namun pada pikiran seseorang yang lantas mempengaruhi kondisi lambung. Karena itu dalam menjalani pengobatan tertentu seseorang bisa memanfaatkan kekuatan dari pikiran positif.

BAB III

PROFIL DAN DATA PASIEN

A. Profil Pasien

1. Profil Ny. NA

Ny. NA berprofesi sebagai seorang guru swasta di sebuah lembaga pendidikan di dekat tempat tinggalnya, aktifitas mengajar hampir ia lakukan setiap hari selain menjadi guru pengajar ia juga merangkap sebagai waka. Kesiswaan jadi bisa dikatakan waktunya terfokus di sekolahan setiap harinya, namun walaupun begitu ia tidak lupa menjalankan tugasnya sebagai seorang ibu bagi anak-anaknya dan menjadi seorang anak bagi orang tuanya sekaligus menjadi seorang istri bagi suaminya semua profesi itu ia perankan dengan semaksimal mungkin. Bukan hanya itu ia pun masih bisa menyempatkan waktu aktif di kegiatan kemasyarakatan di tempat tinggalnya di sela-sela kesibukannya.

Ny. NA dikaruniai dua orang anak, yang satu sebagai anak sulungnya adalah perempuan adapun anak bungsunya laki-laki, anak pertamanya sedang menempuh pendidikan untuk jenjang SLTP adapun anak keduanya masih di sekolah dasar. sejak awal menikah ia tidak merasakan masalah berarti dalam menjalani bahtera rumah tangganya walaupun ada masalah yang melanda itu

hanya sebatas pelengkap atau bumbu penyedap untuk kehidupan rumah tangganya. Ia menikah pada usia 29 tahun tepatnya pada tahun 2001, ia menikah dengan seorang laki-laki pilihan orang tuanya, menurut keterangannya kepada peneliti hampir bisa dikatakan ia tidak pernah menjalin hubungan khusus dengan seorang laki-laki sebelum ia menikah. Suaminya mempunyai profesi yang sama dengannya yaitu sebagai seorang guru dan menjabat sebagai waka Kesiswaan di tempat suaminya bekerja, bedanya suaminya mengajar di tingkat SLTP dan berstatus sebagai pegawai negeri sipil, selain itu suaminya juga sangat aktif di berbagai kegiatan kemasyarakatan di tempat ia tinggal maupun di luar. Berkat kedewasaan dan kasih sayang serta cintannya kepada istrinya ini adalah modal penting untuk menghindari konflik dalam rumah tangganya suaminya menuturkan kepada peneliti bahwa harus adil dalam menilai pasangan, jika suami melihat kekurangan istri, hendaknya juga melihat bahwa telah ada dan banyak kelebihan yang dimiliki istri selama ini. Ada cinta, pengorbanan, pengorbanan, kesetiaan, pelayanan, yang diberikan istri selama ini yang tidak bisa dinilai dengan harta atau materi. Keseluruhannya tidak bisa dihilangkan oleh karena istri melakukan sebuah kesalahan atau menampakkan kelemahan yang membuat suami tidak berkenan.

Suaminya juga menambahkan, demikian juga apabila istri melihat ada kekurangan pada suami, hendaknya bisa melihat sisi-

sisi kebaikan suami yang telah ditampakkan selama ini. Ada tanggung jawab, perlindungan, kasih sayang, perhatian dan pemberian yang tak bisa terhapuskan begitu saja oleh karena suami melakukan suatu kesalahan atau memiliki kelemahan. Sangat diperlukan timbangan keadilan dalam memberikan penilaian kepada pasangan, justru karena tidak ada seorang manusiapun yang sempurna.

Sungguh luar biasa sebuah nasehat yang di berikan suamai dari Ny NA yang mana inilah yang menjadi kunci dari kedamaian, keharmonisan rumah tangga mereka sehingga jarang sekali mengalami konflik yang harus melibatkan otot untuk menyelesaikannya, selain itu keluarga NA juga terkenal sebagai keluarga yang dermawan tidak segan-segan untuk membantu orang yang sedang membutuhkan bahkan tak jarang ia lebih mementingkan kepentingan orang lain dari pada kepentingan dirinya dan keluarganya.

Kondisi rumah tannga NA bisa tergambar jelas dari kaca mata peneliti dalam keadaan yang harmonis karna dalam kehidupan berumah tangga terdapat interaksi yang unik dan khas antara suami dan istri. Tidak sama dengan interaksi antara atasan dan bawahan, atau interaksi antara komandan dengan prajurit, tidak seperti interaksi majikan dan buruh, tidak juga seperti teman biasa. Mereka disatukan dalam satu hubungan yang sangat

kuat dan sakral, sehingga telah menjadi satu kesatuan hati, pikiran, perasaan, kejiwaan, selera, cita-cita, harapan dan keinginan. Hal inilah yang tergambar dari kondisi keluarga NA.

Ny. NA menyelesaikan studi SI nya di sebuah Universitas Negeri di kota Semarang dalam Prodi bahasa Inggris, ia lulus tepat waktu awal-awal setelah ia mendapatkan gelar sarjana ia mencoba keberuntungan bekerja sebagai guru les bahasa hingga pada akhirnya Allah mempertemukan ia dengan sebuah lembaga pendidikan swasta sehingga SLTA di dekat tempat tinggalnya ia pun bekerja dan mengajar di tempat tersebut sampai saat ini.

Ia mempunyai karakter yang kuat dalam menghadapi setiap permasalahan yang ada, NA Mempunyai prinsip “*Ngalir aja*” maksudnya ketika kita lagi ditimpa sebuah masalah maka jalani, nikmati, dan syukuri saja nanti kalau sudah waktunya selesai maka masalah itu akan selesai dan ketemu jalan keluarnya dan yang tersisa hanya hikmah dari masalah yang melanda karna Allah tidak akan memberi cobaan di luar kemampuan hamba-Nya dan tidak ada manusia naik kelas sebelum di uji kepantasannya untuk naik kelas, disamping itu Allah sesuai prasangka hambanya jadi selalu berprasangka baiklah sama Allah atas apa yang menimpa kita, ikhlaskan maka kita akan mendapatkan yang terbaik karna Allah tidak memberi apa yang kita minta tetapi Allah memberi Apa yang kita butuhkan.

2. Profil Ny. SH

Ny. SH mempunyai tiga orang anak terdiri dari dua orang putra dan satu putri, ia mendidik dan membesarkan anak-anaknya sendiri setelah di tinggal pergi suaminya secara otomatis ia memerankan dua peran sekaligus untuk anak-anaknya selain sebagai seorang ibu ia juga harus menjadi kepala rumah tangga sepeninggal suaminya, namun dari semua keadaan yang ada ia nikmati dan jalani dengan ikhlas dan tabah, yang ada di benaknya yang terpenting anak-anaknya tumbuh sabagaimana mestinya cukup gisi dan kebutuhan-kebutuhan pokoknya serta terpenuhi secara akademisnya. Sejak ia menyandang predikat janda ia hanya fokus pada anak-anaknya tidak punya keinginan untuk menikah lagi walaupun banyak lelaki yang menginginkan ia menjadi istri.

Ny. SH berprofesi sebagai seorang guru di Sekolah Dasar di kampungnya dan ia tercatat sebagai pegawai negeri sipil, mengajar menjadi kegiatan rutinitasnya setiap hari. Dari sinilah ia bisa mencukupi segala keperluan rumah tangganya setelah kepergian suaminya, disela-sela kesibukannya ia juga menyempatkan diri aktif dalam kegiatan kemasyarakatan yang ada dilingkungannya. Hal-hal dan aktifitas seperti inilah yang membuat ia tegar, tenang menjalani hidup tanpa ada seorang suami di sampinya karna dengan melakukan berbagai aktifitas ia jadi terhibur dan merasa

tidak sendiri, disamping itu peran serta anak-anaknya yang mau menerima semua keadaan yang ada dan mendukung serta membantu meringankan beban orang tuanya menambah tenang dan tentram hati SH.

Ia mempunyai kesadaran untuk menjadika Allah sebagai tempat kembali setelah kepergian suaminya ia terus mendekatkan diri kepada Allah, dengan semakin menguatkan imannya karena untuk bisa dekat dengan Allah, kuncinya adalah iman, karna imanlah yang membuat kita percaya dan yakin adanya tuhan yang menguasai seluruh jagat raya ini.

SH mempunyai sebuah keyakinan bahwa semua batang pohon akan keluar getahhnya ketika ditebang, namun setelah itu pohon akan mengeluarkan banyak daun dan banyak buah. Cacian, makian, kritikan cemoohan dan sindiran dan penilaian miring ketika awal-awal ia menyandang predikan janda ia anggap upaya orang lain menebang pohon motifasi. Di selalu mempunyai sudut pandang positif dan semua itu ia jadikan energi adrenalin yang memompa motifasi untuk mengatakan kepada semua orang bahwa ia tidaklah sebagaimana yang mereka tuduhkan atau remehkan.

Hal ini sesuai penalaran peneliti bahwa semua kata-kata miring akan luntur dengan bukti nyata. Kita tidak perlu menceritakan kemampuan kita berenang dengan surat dan kata-kata. Terjun saja ke sungai atau kolam renang, maka semua

tuduhan yang mengatakan bahwa kita takut air dan tidak mampu berenang akan luntur seketika.

Dan akhirnya semua hal ia buktikan bahwa ia mampu membesarkan dan mendidik anak-anaknya sendiri tanpa ada suatu kekurangan yang berarti.

SH awalnya melanjutkan pendidikan di PGRI setelah lulus langsung mengajar namaun pada akhirnya karna tuntutan profesi ia harus menyempurnakannya, akhirnya ia pun kuliah lagi di sebuah universitas untuk mengambil pendidikan PGSD dan akhirnya ia pun lulus tepat waktu.

Ia merasa beruntung selama dalam hidup ini dapat menjalani dan menghadapi masalah dengan perasaan santai, ia selalu berusaha untuk tidak emosi dan panik ketika menghadapi sebuah masalah. Ia menganggap setiap masalah pasti ada jalan keluarnya yang harus dilakukan adalah usaha sungguh-sungguh sembari menunggu kapan akan ditunjukkan jalan keluarnya sama Allah.

Awal-awal menikah ia mengatakan keluarganya dalam kondisi stabil dalam arti sering ada konflik ringan tapi dengan mudah dapat segera di atasi, karena menurut keterangan SH suaminya mempunyai sifat yang lebih sabar dari padanya dan lebih mau mengalah dan cenderung diam dan tidak banyak bicara ketika dirasa tidak begitu penting untuk di bicarakan, itulah seklumit kenangan yang tersisa dari SH mengenang suaminya

ketika masih hidup dan setia menemaninya dalam susah maupun senang dan selalu berusaha memberikan apa yang ia inginkan.

3. Profil Ny. RH

Ny. SH Merupakan lulusan akademi kebidanan di salah satu universitas di kotanya, ia tergolong pandai ketika menempuh pendidikannya setelah lulus ia mencoba melamar kerja di rumah sakit ataupun tempat bersalin di daerahnya namun belum berhasil, hingga akhirnya ia mendapatkan pekerjaan menjadi asisten bidan di poloklinik desa, prinsipnya ketika itu dari pada nganggur dirumah dan itung-itung cari jam terbang.

Satu tahun kemudian ia menikah dengan seorang yang ia pilih sendiri, memang dari kecil RH selalu di manja oleh orang tuanya hampir setiap keinginannya selalu di turutin oleh orang tuanya, untuk urusan jodohpun orang tuanya menyerahkan sepenuhnya kepada anaknya. Termasuk ketika kuliah di akademi kebidanan itupun atas pilihan dan kemauan RH sendiri.

Dari kecil menurut keterangan orang tuanya sering sakit-sakitan, dan mudah emosi ketika keinginannya tidak di penuhi, berawal dari hal-hal tadi orang tuanya jadi takut kalau-kalu terjadi apa-apa ketika keinginan anaknya tidak diturutin.

Ia mempunyai suami seorang sarjana hukum dan bekerja di pengadilan negeri di kotanya, sebenarnya tidak ada masalah berarti yang melanda kehidupan rumah tangga RH, dari segi kasih sayang dan perhatian suaminya sangat perhatian dan

mencintainya, dari segi materi semua kecukupan karna ia masih tinggal bersama orang tuanya.

Hal itulah yang membuat RH terkesan manja dan tidak pernah merasakan kesuliatan berarti selama masa remajanya hidup serba cukup dan terpenuhi sehingga membuat karakternya tidak sabaran, egois dan mudah marah dan sering uring-uringan ketika mendapatkan sebuah masalah yang sedang menimpanya.

Namun walaupun begitu orang-orang disekelilingnya tak henti-hentinya menasehati dengan penuh kasih sayang dan kelembutan dengan satu harapan suatu saat SH bisa dan mau merubah karakter dan pola pikir yang terkesan tidak terkontrol dan merugikan untuk dirinya dan orang-orang di sekelilingnya khususnya orang-orang yang sangat mencintainya, mereka merasa takut kalau-kalau sesuatu akan terjadi pada diri RH ketika diluar pengawasan mereka.

Walaupun banyak sisi negatif dari RH namun ada juga sisi positifnya ia mempunyai pendirian yang teguh, setia kawan dan loyal terhadap teman-temannya, ia sangat mencintai suaminya walaupun keadaan rumah tangganya lebih sering ributnya, hal itu disebabkan oleh pikiran-pikiran yang tidak pasti yang muncul pada diri SH apalagi ketika suami telat pulang kerja, ia selalu berpikir suaminya akan macam-macam diluar sana, rasa cemburu buta yang sering melanda ini sungguh sangat menyiksanya.

Kalau ia sudah muncul pikiran seperti itu ia hanya fokus pada pikirannya dengan mencari fakta-fakta yang mendukung dan tidak lagi memperdulikan kata dan penjelasan dari orang-orang di sekelilingnya. Keadaan seperti ini bisa berlangsung sehari-hari.

B. DATA PASIEN

Pasien 1

Diagnosa Penyakit

Ny. NA umur 47 tahun dengan penyakit kanker payudara stadium 3

Data Objektif

Nama	Ny. NA
Umur	47 tahun
Jenis Kelamin	Perempuan
Pekerjaan	Guru Swasta
Agama	Islam
Pendidikan	S1 Bahasa Inggris
Jumlah Anak	2
Riwayat Penyakit	Menderita penyakit kanker sejak umur 42 tahun
Alamat	Gedangan Boja

Saat awal NA mengetahui bahwa ia di diagnosa menderita penyakit kanker, secara fisik ia tidak mengalami perubahan berarti, berat badan stabil dan tidak ada gangguan pada organ tubuh yang lain namun secara psikis NA Seperti layaknya perempuan lainnya

merasa sangat sedih, kaget serta tidak menerima dengan hasil dan kenyataan yang ada, merasa dunia ini sangat kejam, segala pikiran yang ada ketika itu sangat suram, yang terlintas dalam pikirannya hanya pikiran-pikiran negatif di antaranya kenapa harus saya, dan kenapa harus kanker, apakah saya bisa sembuh, anak-anaknya masih kecil bagaimana kalau usianya tak panjang lagi dan lain sebagainya, pikiran dan pertanyaan seperti itu selalu muncul di masa-masa awal.

Dari berbagai pikiran yang ada ketika itu, ia pun memutuskan untuk tidak langsung melakukan operasi di karenakan belum ada kesiapan mental dari dirinya maupun keluarganya, pada awalnya ia menempuh pengobata-pengobatan alternatif dan herbal, namun ternyata hasilnya belum sesuai seperti yang diharapkan. Hal ini tambah memperkeruh pikirannya, di tambah kalau ada kabar orang operasi kanker payudara gagal dan meninggal dunia bertambah pula rasa takut pada dirinya. Padahal ia selalau mendapatkan nasehat dari suaminya, bahwa semua penyakit memiliki penawar tidak jauh dari sumber penyakit. Percayalah, Allah tidak akan memberikan ujian berupa penyakit pada orang yang salah. karna semua berawal dari-Nya dan akan kembali kepada-Nya.

NA merupakan anak terakhir dari 7 bersaudara ia dilahirkan dari keluarga yang secara ekonomi termasuk menengah keatas, tepatnya pada tanggal 29 November 1968 ia terlahir kedunia. NA menjalani masa remajanya selayaknya remaja lainnya namun ada sedikit hal

yang berbeda dengan gaya NA ketika ia menjalani masa remajanya, dia lebih berpenampilan apa adanya berbeda jauh dengan cewek seusianya yang mana pada umumnya anak perempuan seusianya suka bersolek mengikuti tren pada zamannya namun NA tidak melakukan hal itu semua. Ia terkesan tomboy dengan gaya dan penampilannya pada waktu itu. Menurut keterangan yang dipaparkan narasumber kepada peneliti, ia menganggap hal ini yang menjadi pemicu dan sebab kalau bahasa narasumber sebagai “ganjaran” karena ketika remaja ia tidak terlalu memperdulikan salah satu organ tubuhnya itu. Pikiran seperti itu sempat hinggap dan bersemayam dalam dirinya untuk beberapa saat, ia pun selalu berpikir dan mengingat-ingat apakah gerakan yang membuat ia terkena penyakit kanker payudara.

Pada awal tahun 2010, NA merasa ada yang aneh dengan payudaranya namun ketika itu ia tidak terlalu mepedulikan, tapi semakin lama keanehan yang ia rasakan semakin terasa, berupa munculnya benjolan kecil dan kadang terasa sakit hal ini sesuai dengan tanda dan gejala umum kanker payudara yaitu munculnya benjolan atau masa di payudara, rasa sakit, keluarnya cairan dari puting susu, timbulnya kelainan kulit (dimpling, kemerahan, ulserasi, peaud'orange), pembesaran kelenjar bening atau tanda metastasis jauh.¹ Akhirnya ia memutuskan untuk memeriksakannya

¹ Yustiana Olfah, dkk, *Kanker Payudara dan Sadari*, Yogyakarta: Nuha Medika, hlm. 13.

ke Rumah Sakit, hasilnya sangat mengejutkan dan membuat ia sangat sedih karena NA di diagnosa terjangkit penyakit ganas berupa kanker payudara. Seketika itu NA merasa sangat terpukul, sedih dan bingung.

Pada tahun 2010 inilah ia resmi menyandang predikat penderita kanker payudara. Hiduppun dijalani dengan setengah hati karena ternyata tidak perlu menunggu lama setelah munculnya gejala awal sel kankerpun tumbuh secara cepat, hal itu membuat ia kesakitan dan menderita yang pada imbasnya menghambat segala aktifitas yang selama ini sudah menjadi rutinitas sehari-harinya. Di tahun 2011 NA memutuskan untuk melakukan operasi, tentunya setelah semua usaha baik lahir maupun batin, baik pengobatan medis maupun non medis telah dilakukan selama 1 tahun. Ketika keputusan untuk melakukan operasi telah diputuskan, munculah permasalahan barupun berupa ketidaksiapan atau tidak setujunya suami NA untuk melakukan operasi tentunya bukan tanpa alasan, menurut penuturan suami NA kepada peneliti beberapa alasan kenapa ia tidak setuju adalah mengingat dengan resiko yang akan terjadi paska operasi dilakukan, begitu sayang dan cintanya suaminya kepada NA, ia tidak tega kalau melihat istrinya menderita. walaupun begitu pada akhir tahun 2011 NA tetap melakukan operasi pengangkatan sel kanker yang secara otomatis ia mau tidak mau, ikhlas tidak ikhlas harus rela kehilangan salah satu payudaranya.

Setelah melakukan operasi bukannya tambah membaik tapi malah tambah buruk karena pikiran NA selalu berfikir negatif “Kenapa harus saya padahal banyak wanita di dunia ini”, ia merasa Allah tidak adil, tak ada gunanya hidup, bahkan ia sudah merasa bahwa umurnya sudah tidak lama lagi, dengan kondisi seperti itu ia pun meninggalkan segala aktifitas yang sudah ia jalani selama ini, lambat laun berkat dukungan, nasehat dan cinta dari orang-orang di sekelilingnya, ia mendapatkan pencerahan dan ikhlas menerima serta pasrah akan kehendak Allah, hal ini menurut pengamatan peneliti dikarenakan NA secara akedemisi adalah lulusan Universitas Negeri Semarang pada prodi pendidikan bahasa Inggris dan ia menjadi salah satu staf pengajar di sekolah swasta setingkat SLTA di daerah tempat tinggalnya samapai sekarang sehingga ia mudah dalam menerima masukan dan nasehat itu dan iapun mempunyai satu prinsip mengalir aja seperti air atas apa yang dikehendaki oleh Allah, dari berbagai hal inilah yang pada akhirnya membuat ia tegar dan kuat menjalani sampai detik ini walaupun belum dinyatakan sembuh total dan masih harus melakukan cek up satu bulan satu kali di Rumah Sakit Kariadi Semarang dan mulai saat itu terjadilah perpindahan pola pikir NA dalam menyikapi apa yang sedang ia alami.

Pasien 2

Diagnosa Penyakit

Ny. SH Umur 58 tahun dengan kanker payudara stadium 1

Data Objektif

Nama	Ny. SH
Umur	58 tahun
Jenis Kelamin	Perempuan
Pekerjaan	Guru PNS
Agama	Islam
Pendidikan	S1 PGSD
Jumlah Anak	3
Riwayat Penyakit	Menderita penyakit kanker sejak umur 48 tahun
Alamat	Gedangan Boja

Berbeda dengan narasumber pertama secara psikis SH sangat terlihat tabah dan menerima sakit yang ia derita bahkan terkesan cuek, sejak awal ada tanda-tanda kemunculan benjolan pada payudaranya ia sangat aktif dan segera memeriksakan kondisinya kepada dokter ahli di Rumah Sakit, alhasil benar SH terkena kanker payudara dan menurut keterangan dokter sel kanker yang tumbuh merupakan jenis kanker yang ganas dan harus sesegera mungkin untuk di oprasi, namun secara fisik ia justru mengalami gangguan pada pencernaannya, berat badan menurun dan mudah merasa capek.

Ketika diwawancarai SH pun terkesan sangat percaya diri seakan-akan ia tidak pernah menderita penyakit yang ganas, bahkan ia berkata ia sudah lupa akan rasa sakit yang pernah melanda selama bertahun-tahun dari tahun 2005. SH mengatakan “Buat apa takut dan buat apa sedih toh usia juga udah tua 48 tahun dan juga saya sudah hidup menjanda karena suami sudah meninggal jadi ya pasrah aja pada kehenda Allah dan berusaha secara maksimal secara lahir berupa oprasi pengangkatan sel kanker sekaligus usaha lain seperti mengkonsumsi obat-obat alami berbahan herbal dan tidak ketinggalan juga usaha batin berupa doa mohon kesembuhan kepada Allah”.

Dari berbagai keterangan yang peneliti dapat, ada beberapa factor yang bisa menjadi sebab kenapa SH benar-benar ikhlas dan kuat menerima keadaan yang ada, hal yan paling awal adalah karena faktor usia, status dalam keluarga karena sejak di tinggal suaminya mau tidak mau ia harus menjadi tulang punggung keluargany yang memiliki dua peran sebagai kepala keluarga dan ibu rumah tangga, ia harus mendidik ketiga anaknya sekaligus memastikan semua sehat, kecukupan secara makan serta pendidikan.

Ketika SH divonis terjangkit bakteri ganas berupa kanker disini anak-anaknya mempunyai peranan penting dalam meyakinkan ia untuk tabah dalam menerima kenyataan yang ada dan anak-anaknya juga selalu mendorong untuk menghadapi dan tak perlu takut dengan hasil apapun setelah oprasi dilakukan pokoknya harus kuat

dan yakin ini yang terbaik yang di kehendaki oleh Allah. Namun namanya manusia tak ada yang sempurna, begitupun dengan SH, ia sering susah mengontrol emosi dan lebih cenderung suka uring-uringan ketika mendengar atau mendapatkan suatu masalah dalam hidupnya. Namun menurut penuturan narasumber uring-uringan yang sering melanda bukan dikarenakan penyakit yang ia derita namun lebih kepada masalah-masalah yang datang dari lingkungan sekitar berupa masalah dengan rekan kerja, tetangga kadang-kadang juga dengan anak sendiri hal ini terjadi sudah lama semenjak ia masih usia muda. Dari hal tersebut ia berpikir apakah ini yang menyebabkan saya sakit di tambah lagi ada seseorang yang bilang bahwa penyakit bisa berawal dari keadaan emosi seseorang, awalnya ia ragu namun setelah di renungkan secara mendalam akhirnya ia pun mempercayai pendapat tersebut namun yang jadi masalah setelah ia percaya dan yakin malah menemukan masalah baru yaitu ketika ia dalam keadaan uring-uringan karena suatu hal ia merasakan sakit pada perutnya hal itu berlangsung hingga saat ia diwawancarai, namun ia mempunyai jurus jitu untuk mengatasi rasa sakit yang ada, ia berpendapat rasa sakit yang ada berawal dari pikiran jadi yang perlu di obati dan di rubah adalah pikirannya hal itu ia pelajari dari pengalaman pertamanya ketika terjangkit penyakit kanker payudara.

Pasien 3

Diagnosa Penyakit

Ny. RH Umur 29 tahun dengan kanker payudara stadium 3

Data Objektif

Nama	Ny. RH
Umur	29 tahun
Jenis Kelamin	Perempuan
Pekerjaan	Asisten Bidan Desa
Agama	Islam
Pendidikan	D3 Kebidanan
Jumlah Anak	-
Riwayat Penyakit	Menderita penyakit kanker sejak umur 26 tahun
Alamat	Meteseh Boja

Tahun 2012 menjadi tahun awal bagi RH dalam menjalani hari serasa ada beban dan kurang berselera dalam menjalani hidup hal itu di karenakan satu penyakit yang bersemayam dalam tubuhnya berupa kanker payudara, sejak ia mengetahui kalau ia menderita penyakit itu kondisi jiwanya tidak setabil ia sering murung, jadi pendiam dan menarik diri dari pergaulan dengan orang-orang di sekelilingnya, menurut keterangan dari kakaknya dulu ia merupakan sosok perempuan yang periang dan humoris tapi semua hilang setaelah RH di diagnosa menderita kanker payudara.

Ketika peneliti melakukan wawancara kepada RH, awalnya ia menjawab pertanyaan-pertanyaan yang peneliti ajukan dengan singkat dan terkesan tak berminat menjawab. Ia menuturkan kata demi kata, kalimat demi kalimat sambil sesekali meneteskan air mata hal itu dikarenakan tidak terimanya ia akan kondisi yang ada ketika awal ia sakit hingga proses pengobatan yang ia jalani ketika peneliti konfirmasi apa yang menjadi sebab ia menangis ia pun menuturkan beberapa hal kepada peneliti diantaranya ia sangat sedih dan menyesal ketika harus mengenang peristiwa pada saat itu.

Ada beberapa faktor yang peneliti temukan yang menjadi penyebab kondisi RH seperti itu, diantaranya adalah pikiran yang selalu negatif, ia selalu berpikir bahwa umurnya tidak akan panjang lagi, hal ini sebenarnya justru memperparah kondisinya karena ketika seseorang berpikir negatif, maka akal merangsang akal untuk fokus pada hal-hal negatif saja. Maka bisa dipastikan hasilnya adalah pikiran negatif akan menggagalkan seluruh informasi positif yang datang dari orang di sekelilingnya. Dalam bukunya yang berjudul terapi berpikir positif, Ibrahim Elfiky mengatakan “ dalam satu waktu akal manusia tidak bisa konsentrasi kecuali pada satu informasi. Kemudian ia menggeneralisasi informasi tersebut dan memperkuatnya dengan mencari bukti yang mendukungnya. Aktivitas ini memengaruhi fisik dalam bentuk ekspresi wajah, gerakan organ tubuh, dan tarikan nafas. Aktivitas itu juga

memengaruhi perasaan, sikap, dan perilaku. Jika sudah demikian maka akan bertindak negatif. Hasil yang didapat pun sesuai dengan tindakan, baik menyangkut kehidupan spiritual, kesehatan, keluarga, sosial, pekerjaan, dan keuangan.²

RH selalu merasa takut kalau sewaktu-waktu ia meninggal dunia apalagi kalau mendengar berita ada seseorang yang meninggal dunia akibat kanker payudara, selain itu ia juga sangat takut kalau sampai operasi karna tidak siap kalau kehilangan payudaranya, ia juga takut kalau suaminya tidak menerima keadaanya paska operasi nantinya. Ia menuturkan kepada peneliti. Ketika itu pikirannya mengatakan operasi tidak sedikit biayanya, dan nanti hasilnya juga belum tentu dipastikan sembuh resikonya adalah kematian karna kegagalan operasi setelah itu juga harus menjalani pengobatan kemoterapi yang resiko dari yang di dengar sariawan, bibir kering jadi susah makan, rambut rontok dan lain sebagainya. Kalau sampe itu semua terjadi bagaimana keadaan dirinya selanjutnya dan apakah suaminya masih mau dengan kondisi yang seperti itu.

Beberapa hal yang perlu diketahui RH ketika di vonis menderita kanker payudara usianya masih terbilang muda yaitu 26 tahun dan pada saat itu usia pernikahannya masih terbilang seumur jagung yang baru ia jalani selama 1 tahun dalam mengarungi bahtera rumah tangga. Ia di lahirkan pada tanggal 12 maret 1986 dan ia menikah pada tahun 2011. RH menempuh pendidikan akhirnya di sebuah

² , Ibrahim Elfiky, *Terapi Berfikir Positif*, hlm. 189.

Akademi kebidanan, aktifitas sehari-harinya menjadi asisten bidan di daerah tempat ia tinggal. Ia dibesarkan dalam kondisi keluarga yang terbilang serba kecukupan hampir semua keinginannya ketika masa anak-anak, remaja, masa kuliah semua terpenuhi.

Akhirnya pada tahun berikutnya yaitu 2013, ia pun memutuskan untuk operasi walaupun dengan setengah hati ia melakukannya, hal itu dilakukan setelah melalui diskusi panjang dengan suami dan seluruh anggota keluarganya, pada awalnya ia berpikir kalau yang diangkat hanya sebelah karena ia merasakan adanya benjolan yang kadang-kadang dirasakan sakitnya hanya yang sebelah namun ternyata ketika dilakukan operasi menurut keterangan dokter ahli sel kankernya udah menjalar ke payudara yang satunya dan mau tidak mau semuanya harus diangkat, karena menurut keterangan dokter percumah kalau tidak diambil semua. Diskusi panjangpun dilakukan oleh anggota keluarganya tanpa sepengetahuan RH, akhirnya diputuskan untuk diangkat dua-duanya dan operasi pun berjalan lancar.

Beberapa saat kemudian RH pun sadarkan diri lama ia melamun memikirkan apa yang telah terjadi, ketika kesadarannya pulih total ia pun bertanya kepada suaminya atas hasil dari operasinya ketika itu suaminya hanya berkata berhasil. Ia pun tersenyum bahagia ketika itu, namun kondisi itu tidak bertahan lama setelah ia mengetahui kalau ternyata sudah kehilangan semua payudaranya, seketika itu

yang di lakukan hanya mengumpat dan marah-marah tidak terima dengan keadaan yang ada dan mengatakan kepada peneliti kata-kata yang selalau di ulang-ulang dikatakan adalah” *buat apa hidup kalau semuanya di ambil, bagaimana nanti kalau punya anak, seorang wanita kalau sudah tidak punya payudara buat apa jadi wanita*”³.

Paska oprasi pikiran RH semakin tak karuan dibandingkan dengan sebelumnya dan ia pun merasa sok berat, perasaannya lebih menderita dibandingkan dengan ketika di diagnosa menderita kanker payudara, hari demi haripun di jalani dengan setengah hati ia pun kehilangan senyum di bibirnya. Semua yang ada dihadapannya tidak berarti sama sekali yang ada hanya pikiran yang tidak terima dan penyesalan yang tiada hentinya akan semua yang sudah terjadi pada dirinya. Pengobatan selanjutnya pun ia lanjutkan dengan kemoterapi selama 6 kali setiap sebulan sekali, akibat atau efek yang ditimbulkan dari proses kemoterapi inilah yang menjadi puncak dari semua kesedihan yang menerpa diri RH, karena paska kemoterapi, bibirnya kering, pecah-pecah dan sariawan hampir satu tahun lamanya ia kesulitan untuk makan di tambah rambut yang indah dan panjang benar-benar habis. Ia semakin kalut dan hari-harinya ia jalani dengan murung, dan menangis.

Hingga akhirnya pada suatu hari ia tanpa sengaja bertemu dengan seorang wanita yang diketahui ternyata wanita itu juga mantan penderita kanker payudara, karna pada saat mereka bertemu

³ Hasil wawancara peneliti terhadap Narasumber RH

wanita tersebut sudah dinyatakan sembuh total akhirnya obrolan pun terjadi cukup lama karna kebetulan no urut untuk control RH cukup akhir, obrolan pun berlanjut tidak hanya secara langsung tapi melalui media elektronik hp, mulai saat itu ia pun sering ketemu dengan wanita tersebut untuk keperluan sering, berbagi pengalaman, minta nasehan dan lebih pentinnya konsultasi.

Ketemuanya pun beragam kadang janji-janji di suatu tempat, kadang RH mengunjungi wanita tersebut atau pun sebaliknya, hal itu berlanjut hingga beberapa waktu hingga pada akhirnya RH pun mendapat pencerahan, kalau bahasa narasumber ia mendapatkan hidayah. Karna dari satu obrolan ke obrolan lainnya RH jadi tahu kalau kondisi wanita tadi tidak sebaik ia, RH menceritakan kepada peneliti bahwa secara kondisi wanita itu dari keluarga yang sama sekali tidak mampu, ia mempunyai anak banyak dan profesi suaminya ketika itu hanya jadi kuli bangunan proyek yang harus pindah dari satu tempat ke tempat lainnya.

Ketika wanita itu tau ia sakit kanker ia tidak langsung memberitahu kepada suaminya dan keluarganya bahwa ia sakit, semua di sembunyikan dan rasakan sendiri selama bertahun-tahun hingga pada akhirnya sel kanker itu pun mengganas dan mulai menggerogoti payudaranya hingga keluar nanah dan tidak berbentuk lagi namun ia tetap diam dan menyembunyikan karna ia menyadari tidak ada biaya untuk berobat jangankan untuk itu, untuk

memenuhi makan saja sulit, hingga akhirnya pada suatu malam suaminya menghendaki untuk melakukan hubungan suami istri karna selama ini suaminya ikut kerja borongan jadi pindah dari satu tempat ke tempat.

Namun sebelum semuanya terjadi mau tak mau akhirnya suaminya pun tau kondisi yang terjadi pada diri istrinya, yang lebih mengejutkan lagi ketika tau istrinya dengan kondisi seperti itu ia menceraikannya dan langsung pergi dari rumah meninggalkan istrinya dan anak-anaknya malam itu juga. Namun wanita itu tak ambil pusing karna ia sudah mempersiapkan mental kalau-kalau hal itu terjadi, selanjutnya hiduppun tetap di jalani hingga pada akhirnya wanita itu tak mampu lagi dan hanya bisa berbaring di atas tempat tidur, anak-anaknya pun tak bisa berbuat banyak karna usianya masih kecil semua.

Hingga pada akhirnya Allah menunjukkan kemurahannya, lewat tangan hamba Allah wanita itu mendapatkan biaya pengobatan sampai akhirnya ia sembuh.

BAB IV

PIKIRAN POSITIF PADA PASIEN KANKER PAYUDARA

A. Terapi Berpikir Positif

Pikiran sangat erat hubungannya dengan kondisi kesehatan manusia hal ini bisa tergambarkan Dalam hadits Rasullullah, “*jangan kalian pura-pura sakit sehingga benar-benar jatuh sakit.*’ Hadist ini menegaskan bahwa pikiran bisa menimbulkan penyakit. Jika orang selalu pura-pura sakit, lambat laun akan menjadi kenyataan. Begitupun sebaliknya orang yang selalu berpikir bahwa dirinya tidak sakit walaupun terkadang fisik maupun psikisnya terasa sakit namun selalu berpikir bahawa itu hal biasa maka hal tersebut akan menciptakan satu kekuatan untuk membuat rasa sakit yang ada tidak terasa bahkan lambat laun akan meraih sebuah kesembuhan.

Jika manusia berpikir sakit maka ia akan sakit dan jika manusia berpikir sembuh maka ia akan sembuh karna Allah tidak akan merubah nasib suatu kaum kecuali kaum itu berusaha merubahnya selain itu Allah tidak akan memberikan ujian kepada hamba-Nya melebihi kemampun Hamba-Nya dan juga Allah tidak akan menurunkan penyakit kecuali sudah di sertakan obatnya. Manusia adalah sesuai apa yang ada dalam pikirannya. Meskipun seribu orang dokter mengatakan tidak akan sembuh dari penyakitnya

namun pikirannya berkata sembuh maka kesimpulannya adalah sembuh.

Pikiran manusia adalah raja dalam tubuh. Berilah selalu makanan positif pada pikiran, ketabahan dan kesembuhan diawali dari bagaimana pikiran bekerja. Jika pikiran bilang dan yakin sembuh maka niscaya akan sembuh.

Setiap penyakit pasti ada obatnya. Hanya kematian yang tidak ditemukan obatnya. Bila sekarang ada penyakit yang belum ditemukan obatnya, missal HIV, bukan berarti obatnya tidak ada. Hanya belum ditemukan saja. Ada banyak penyakit yang dulu belum ditemukan obatnya, kini dengan mudah bisa mendapatkannya. Obatnya bisa berada disekitar. Lingkungan juga sudah menyediakan obatnya, Allah berfirman:

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا

خَسَارًا

“ dan Kami menurunkan Al-quran sesuatu yang menjadi penawar (syifa') dan rahmat bagi orang-orang mukmin, dan Al-quran itu tidak menambah kepada orang-orang yang zalim kecuali kerugian, ' (QS Al-Isra [17]: 82).

Dalam ayat tersebut terdapat kata *Syifa'*, artinya penyembuhan terhadap penyakit. Kenyataannya, ada dua macam penyakit, yakni fisik dan psikis. Keduanya dapat bersumber dari pikiran atau perasaan dan dari perut. *Al-ma'iddatu bait al-daa', wa al-himyatun ra'su kulli dawa'*, perut adalah sumber penyakit, dan diet adalah obat segala penyakit.¹ Sembuh, sakit, menderita bahkan lebih parah rasa sakit yang di derita dan semua rasa berawal dari bagaimana manusia memandang sesuatu dengan pikirannya. Dengan cara

¹ Amin Syukur, *Kuberserah*, (Jakarta:PT Mizan Publika, 2012), hlm. 110.

mengendalikan pikiran dapat meminimalisasi resiko terkena penyakit. Sebagaimana telah diketahui, otak merupakan pusat saraf, segala macam kegiatan yang dilakukan oleh tubuh bergantung pada perintah si otak tersebut.²

Peran jiwa sangat berpengaruh dalam melakukan penyembuhan terhadap sebagian besar penyakit psikosomatik. Pengobatan medis atau pengobatan dari luar sifatnya hanya membantu saja. Dalam hal demikian, bahwa faktor utama penyembuhan khususnya sakit psikis itu sebagian berasal dari dalam, yaitu sikap batin (60%), sedangkan selebihnya (40%) adalah faktor lingkungan, seperti faktor keluarga, dokter dan obat.³

Untuk menciptakan hal-hal yang positif, diperlukan upaya tertentu seperti berzikir dan berdoa. Semua itu dilakukan mengacu pada diagnosis penyakitnya. Setiap doa yang disampaikan harus disesuaikan dengan sakitnya. Yang tidak kalah penting, doa itu diamini oleh seseorang yang dapat meyakinkan orang yang bersangkutan.

Di samping itu, dianjurkan pula untuk ber-tadabur dan bermuhasabah, baik terhadap alam maupun diri sendiri atas kesalahan-kesalahan yang telah dilakukan. Selanjutnya melakukan pengenangan terhadap masa lalu, berpikir positif (husnuzhan) dan tidak berpikir negative terhadap orang lain. Berpikir positif

² Ibid, hlm. 163.

³ Ibid, hlm. 164.

ditujukan baik terhadap diri sendiri, orang lain, maupun terhadap Allah Swt.⁴

Kekuatan berpikir positif akan memberikan energi dahsyat yang juga berguna sebagai raja dalam diri manusia. Penggunaan energy dahsyat yang dihasilkan dari berpikir positif melalui pemrograman dengan mengingat Kebesaran Allah. Isi sanubari dengan menyebut “Allah Yang memberi kesembuhan” setiap waktu. Kekuatan energy yang dihasilkan akan mengalir dan memberikan kekuatan untuk meraih kesembuhan. Karna sakit, sehat, hidup dan mati adalah berasal dari Allah maka sudah selayaknya manusia kembalikan kepada yang maha memberi.

Berpikir positif adalah sikap dasar dalam mendekati segala sesuatu dengan positif. Sikap positif berakar pada sejumlah keyakinan yang juga positif. Allah memberikan kepada manusia sesuai prasangka manusia sebagai hamba-Nya terhadap-Nya. Prasangka tersusun dari pola pikir atas harapan.

Adapun untuk melakukan terapi berpikir positif untuk meraih kesembuhan bisa menggunakan cara berikut ini, tanyakan pada diri:

- a. Apakah pikiran negatif mendekatkan aku pada Allah?
- b. Apakah pikiran negatif memperbaiki kesehatanku?
- c. Apa pikiran negatif membantu aku dalam menggapai cita-cita?
- d. Apakah pikiran negative membantu aku menggapai kemajuan?

⁴ Ibid, hlm. 165.

Setelah itu, tarik nafas dalam-dalam, kemudian tahan selama mungkin. Selanjutnya embuskan secara perlahan dan ucapkan tiga kali, ‘Alhamdulillah. . . Alhamdulillah. . . Alhamdulillah. . .’. Konsentrasilah pada keinginan, bukan pada sesuatu yang tidak disukai. Fokuslah pada tujuan, berbuatlah sesuai dengan kemampuan, dan bertawakal pada Allah hingga menjadi manusia yang paling kuat.⁵

Dalam hadits Rasulullah saw. Disebutkan, *“Barang siapa ingin menjadi manusia paling kuat, hendaklah ia tawakal pada Allah.”* Tunggulah jawaban dari Allah dengan keyakinan dan cinta yang dalam pada-Nya⁶.

Dan pada akhirnya semoga setiap manusia mempunyai cukup kebahagiaan untuk membuat tersenyum, cukup percobaan untuk tetap membuat kuat, cukup penderitaan untuk tetap menjadikan manusiawi, dan cukup pengharapan untuk menjadikan bahagia.

Ketika manusia dilahirkan, ia menangis sementara semua orang disekelilingnya tersenyum. Menjalani hidup sedemikian rupa, hingga pada akhirnya, ia lah satu-satunya yang tersenyum sementara semua orang di sekelilingnya menangis kehilangannya.

Karena hidup tidak diukur dengan banyaknya nafas yang dihirup, melainkan dengan saat-saat dimana manusia menarik nafas bahagia, dan menikmati masalah, sakit, sengsara sebagai anugrah bukan sebagai musibah. Kesehatan hanya milik orang-

⁵ Ibrahim Elfiky, *Terapi Berfikir Positif*, hlm. 345

⁶ *Ibid.* hlm. 345.

orang yang percaya akan pikiran positifnya dalam menerima kehenda Tuhan-Nya atas dirinya.

B. PIKIRAN POSITIF PADA PASIEN KANKER PAYUDARA

Peneliti mengambil tiga sampel yang memiliki perbedaan usia, masa sakit, latar belakang pendidikan dan pengobatan yang sudah dilakukan untuk dianalisa lebih mendalam. Ketiga subjek (Pasien Kanker Payudara) tersebut yakni NA, SH, RH.

Berdasarkan hasil data yang telah dikumpulkan menyatakan bahwa ketiga subjek memiliki respon yang berbeda dalam menghadapi keadaan/situasi yang menekan (*stresor*). Ketika Pasien mampu berpikir positif akan kehendak Allah akan penyakitnya secara tepat maka ia akan mudah dalam menghadapi situasi yang sulit seperti mampu mengontrol diri dengan baik, menerima dan pasrah serta bersikap secara baik. Namun apabila tidak mampu berpikir positif atas penyakitnya maka akan berdampak pada perilaku eksternal (agresif), maupun internalnya (cemas, depresi, distres) dan akan menghambat proses penyembuhan yang sedang di jalani bahkan lebih buruknya menjadikan penyakitnya tak kunjung sembuh bahkan semakin parah hasilnya pun akan membuat putus asa dan menyerah dengan kondisi yang ada tanpa dibarengi dengan usaha untuk melawan keadaan yang sedang di alami.

Begitu pula dengan penggunaan koping yang dipilih, apabila subjek memilih menggunakan koping berpikir positif dalam

menghadapi *stresor* berupa vonis penyakitnya maka akan memunculkan sikap pasrah kepada Allah, keyakinan, ketenangan dan keoptimisan dalam menghadapi masa-masa sulit selama penyakit yang diderita masih ada. Berikut keterangan masing-masing subjek:

1. NA

Seseorang dapat berpikir positif karena pengaruh orang lain, hal ini yang dialami oleh NA. Ia memberikan penuturan kepada peneliti awal mula ia menerima dengan kenyataan yang ada dan berpikir positif terhadap kehendak Allah terhadapnya.

Semua itu berawal dari sedekah yang ia berikan kepada seseorang, menurut penuturan NA, ia pernah membaca sebuah tulisan yang isinya “Sedekah bisa menyembuhkan penyakit apalagi jika sedekah yang diberikan berupa barang yang paling dicintai dan sangat dibutuhkan ditambah lagi jikalau sedekah itu diberikan kepada orang yang tidak pernah sedekah kepada kita atau bahkan orang yang selama ini membenci kita.” Berawal dari tulisan tadi ia pun menyedekahkan semua uang gaji dari hasil ia mengajar yang jumlahnya sangat banyak karna sudah lama NA tidak mengambilnya, ia sedekahkan semua uang yang ia punya saat itu kepada seseorang yang tidak pernah memberi sedekah kepadanya ataupun keluarganya dengan satu keyakinan sedekah yang diberikan bisa menjadi wasilah untuk kesembuhannya dan ia selalu berpikir positif yakin bahwa Allah tidak akan

memberikan penyakit kecuali Allah juga memberikan obatnya, ia benar-benar ikhlas karna “ ikhlas berarti murni, bersih, dan terbebas dari tujuan selain Allah (Solihin dan Anwar, 2002:88).

Erbi Sentanu, dalam bukunya Quantum Ikhlas, mengartikan istilah ikhlas dengan ketrampilan (*skill*) penyerahan diri total kepada Tuhan untuk meraih puncak sukses dan kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat (Erbe Sentanu, 2008: xxxiv).⁷

Akhirnya ia memberikan semua uangnya yang ia punya padahal seharusnya pada saat itu NA sangat membutuhkan uang tersebut paska oprasi yang dijalani di lanjutkan proses kemoterapi pasca oprasi, ia melakukan kemoterapi hanya 6 kali NA pun mengalami kecemasan yang sama ketika menjalani kemoterapi yaitu berupa rambut rontok, sariawan dll. Namun berkat kesabaran, ketabahan dan cinta dari suaminya ia berhasil melewati semua hal tersebut bahkan ketika rambutnya mulai rontok suaminya sendiri yang dengan sabar merapikannya.

Selain berbagai hal diatas, NA selalu membina pikiran positifnya ketika merawat ibundanya pada usia lanjut, setiap malam selama ibunya masih hidup ia harus memijit ibunya sampai tertidur padahal kondisi ia sendiri dalam keadaan sakit, capek setelah berbagai aktifitas dari bangun tidur harus mengurus anak, melayani suami, kemudian mengajar, sore harinya harus

⁷ M. Amin Syukur, *Sufi Healing*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2012) ,hlm. 67.

aktif dilingkungan masyarakat berupa kegiatan PKK maupun berbagai pengajian ibu-ibu.

Hal itu ia lakukan setiap hari namun dengan satu keyakinan dan selalalu berpikir positif akan semua hal yang ia lakukan akan mendapatkan ridho Allah karna rindho Allah tergantung rindho orang tua dan murka Allah tergantung murka orang tua di samping hal tadi manusia yang baik adalah manusia yang bermanfaat untuk manusia lainnya.

Namun disela-sela waktu yang dijalani terkadang pikiran negatif berupa tidak terima dengan semua kondisi yang adapun muncul kembali biasanya hal itu ia rasakan ketika rasa sakit yang ada terasa kembali, hasil lab yang buruk dan kurangnya perhatian dari orang disekitarnya, awalnya rasa yang muncul itu begitu menyiksanya namun pada akhirnya dari pengalaman yang ada dan berkat membaca buku yang berjudul dzikir menyembuhkan kankerku yang ditulis oleh Prof Amin Syukur⁸.

Karna kata NA siapapun tidak akan mampu mengubah apa yang ada di dalam pikirannya sebelum berupaya secara maksimal mengubah pola pikirnya. Banyak orang yang terkena kanker payudara dan ingin sembuh tetapi kesembuhan yang diinginkan hanya sebatas keinginan dan harapan tanpa diiringi kemauan

⁸ *Guru besar tasawuf fakultas ushuludin uin walisongo semarang dan trainer seni menata hati.*

yang keras serta usaha yang pantang menyerah serta yakin dan selalu berpikir positif terhadap kehendak Allah.

Selalu berpikir positif adalah salah satu factor yang amat penting dalam meraih kesembuhan dari penyakit yang di derita. Manusia yang selalu mengeluh, berpikir negatife lebih cenderung bersikap negatif yang dapat menjerumuskannya ke lembah kehinaan, kesulitan dan kegagalan untuk meraih kesembuhan.

Dan akhirnya Ia pun mendapatkan cara jitu untuk mengatasi pikiran negatif yang tanpa permisi datang. Ia sering mengamalkan dzikir seperti yang di amalkan penulis buku yang ia baca dan mensugesti pikiran serta tubuhnya sendiri *“Wahai mahluk yang ada dalam diriku entah kamu bakteri, kuman atau apapun kamu aku ikhlas kamu berada dalam diriku aku rela dan aku selalu berpikir bahwa kamu memang di taktirkan untuk berada dalam diriku, apapun bentuknya, kamu juga mahluk Allah aku minta sama kamu karna sudah berada dalam diriku mari kita sama-sama berdirikir kepada Allah tuhan kamu dan aku”* menurut NA inilah cara paling ampuh yang ia lakukan ketika rasa sakit yang ada muncul, pikiran negatif melanda, kadang rasa putus asapun datang. Namun berkat izin Allah NA sampai detik ini masih bisa menjalankan semua aktifitasnya bahkan mengalami sebuah peningkatan dari segi ibadah, membaca al-quran, sedekah, kemanfaatan untuk orang lain dari sebelum ia sakit dibandingkan setelah ia sakit dan di akhir ceritanya ia mengatakan hati-hati

dengan pikiran, karna pikiran akan berpengaruh pada tindakan, tindakan akan berpengaruh pada kebiasaan, kebiasaan akan berpengaruh pada sikap mental dan sikap mental akan menentukan manusia akan hidup sehat atau sakit.

Dari berbagai hal dan hasil observasi sekaligus wawancara yang peneliti lakukan terhadap NA dapat peneliti menarik kesimpulan, kekuatan berpikir positif yang dilakukan NA memberi kontribusi dalam proses meraih kesembuhan dari penyakit kanker payudaranya.

Hal ini semakin diperkuat dengan hasil lab yang NA tunjukkan kepada peneliti yang ternyata hasilnya berbeda dari waktu ke waktu, yang ternyata peneliti tarik kesimpulan hasil yang di dapatkan juga terpengaruh kondisi pikiran NA saat melakukan cek up ke rumah sakit dimana ia berobat selama ini. Hal tersebut membuktikan bahwa pikiran berpengaruh terhadap kondisi kesehatan karna Allah sesuai prasangka Hambanya. Wallahu a'lambishshawab

2. SH

Sejak awal sakit SH sudah bisa mengendalikan pikirannya dan ia pun selalau berpikir positif atas masalah yang ada dan diiringi untuk mengalihkan apa yang ada di dalam pikirannya dengan bermain dengan cucu-cucunya atau mengikuti berbagai aktifitas sosial di kampunya tempat ia tinggal.

Alhasil ketika ia lupa akan masalah yang membuat beban didalam pikirannya seketika itu pula ia tidak merasakan sakit pada perutnya. Hal ini sesuai dengan apa yang disampaikan Dr. Ibrahim Elfiky dalam bukunya yang berjudul terapi berpikir positif yang menyatakan bahwa pikiran mempengaruhi kondisi kesehatan hal itu di karenakan apa yang di pikirkan oleh jiwa berpengaruh pada seluruh anggota tubuh bagian luar, baik pada ekspresi wajah maupun gerakan tubuh. Pikiran jiwa berpengaruh pada anggota tubuh bagian dalam, seperti bertambahnya detak jantung, suhu tubuh, proses bernafas, dan tekanan darah yang ikut mempengaruhi liver, ginjal, limpa, lambung, paru-paru dan lain-lain.⁹ Kondisi ini yang sesuai dengan apa yang dialami oleh SH sebagai narasumber.

Seseorang dapat mengubah kehidupan dan kesehatannya dengan cara mengubah cara berpikirnya. Allah memberi sesuai dengan prasangka hamba-Nya. Prasangka tersusun dari pola pikir atas harapan. Seorang yang menderita sakit dan ia berpikir negatif maka ia akan senantiasa berpikir kesengsaraan dalam setiap ujian yang diberikan Allah kepadanya. Dan seorang yang berpikir positif senantiasa memikirkan hikmah dalam setiap ujian

⁹ Ibrahim Elfiky, *Terapi Berfikir Positif: Biarkan mukjizat dalam diri anda melesat agar hidup lebih sukses dan lebih bahagia*, penerjemah Khalifulrahman Fath dan M. Taufik Daman, (Jakarta: zaman, 2009), hlm. 68.

dan masalah yang dihadapinya. Semua penyakit akan berlalu selama berani menghadapinya.

Tahun 2005 SH mengetahui kalau ia terkena penyakit kanker payudara dan pada taun ini pula ia melakukan oprasi pengambilan sel kanker sekaligus kemoterapi, ia pun harus merelakan salah satu organ paling berharga di tubuhnya alhasil sesuai harapan setelah melakukan oprasi dan kemoterapi selama enam kali, SH pun dinyatakan sembuh total dan yang lebih membahagiakan lagi efek yang pada umumnya di alami orang yang melakukan komoterapi diantaranya rambut rontok, bibir sariawan sama sekali tidak terjadi pada SH.

Hal ini lah yang memebuat peneliti tertarik untuk melakuakan penelitian lebih mendalam pada diri SH, ada apa dengan diri SH, setelah peneliti melakukan beberapa kali observasi dan wawancara langsung terhadap narasumber akhirnya peneliti mendapatkan penjelasan dan jawaban dari rasa penasaran yang ada, kenapa SH bisa setenang dan setegar itu dalam menghadapi kankernya dan iapun tidak merasakan sakit, ketakutan, menyesal dan efek paska oprasi dan kemoterapi yang pada umumnya dialami oleh pasien penderita kanker payudara.

SH dilahirkan pada tanggal 30 april 1957, ia menikan pada tahun 1977 dan dikaruniani tiga orang putra yang terdiri dari dua putra dan satu putri namun pada tahun 1987 ia ditinggal pergi oleh suaminya untuk selama-lamanya, jadi selama 18 tahun

sebelum sakitnya ia menjalani hidup tanpa adanya seorang suami di sampingnya. Untuk memenuhi kebutuhan sehari-harinya ia bekerja sebagai pegawai negeri sipil di SDN yang berada tidak jauh dari tempat tinggalnya.

Berawal dari rasa tabah ketika ditinggal pergi suaminya dan harus mengurus anak-anaknya seorang diri, iapun sudah sangat terlatih untuk manajemen isi pikiran dan emosinya, ketika ia di uji sama Allah dengan kanker payudara yang terkenal ganas dan jarang yang selamat ia pun tabah. SH berpikir ini sudah menjadi kehendak Allah ia mampu membimbing pikirannya untuk berpikir bahwa selama hidupnya lebih banyak sehatnya daripada sakitnya, mau orang itu sakit atau tidak, sakit parah maupun ringan toh semuanya juga akan mati, banyak orang sakit mati tapi tidak sedikit pula orang sehat mati, di samping itu ia menyadari ketika terkena sakit usianapun sudah tidak muda lagi sakaligus ia sudah tidak mempunyai suami. Hal ini semakin menambah nilai positif untuk meningkatkan rasa kepasrahan kepada Allah atas apa yang diberikan Allah kepadanya walaupun berupa sakit kanker payudara.

Dari semua hasil observasi dan keterangan yang peneliti peroleh selama proses penelitian, dapat diambil kesimpulan bahwa SH mampu mengendalikan pikirannya sehingga selalu berpikir positif terhadap kondisinya hal ini memunculkan kepasrahan, ketabahan, kepercayaan diri untuk sembuh dan pada

akhirnya menghasilkan kesembuhan dari penyakit yang dideritanya dalam waktu yang singkat.

SH pun terlihat sehat sampai detik ini dan melakukan berbagai aktifitas sesuai dengan profesinya sebagai seorang tenaga pendidik di sebuah lembaga pendidikan sekaligus menjadi ibu dan kepala keluarga bagi anak-anaknya. Wallahu a'lam bishshawab.

3. RH

Pada awalnya RH menyikapi semua yang ia alami dengan pikiran negative, selalu berprasangka buruk terhadap Allah dan orang-orang disekitarnya, ternyata pikiran yang selalu ia pikirkan bukannya membuat ia sembuh dari sakitnya tapi malah semakin memperparah kondisi kesehatan maupun emosinya.

Secara fisik sudah jelas terliat ia mengalami kesakitan pada payudaranya disamping itu berat badannya berkurang, muka pucat, mata sering berkunang-kunang dan mudah merasa capek disamping itu secara psikis dan kejiwaan juga mengalami gangguan berupa murung, sering melamun dan mudah marah serta tidak selera melakukan berbagai hal. Semua yang ia alami bersumber dari pikiran yang selalu negatif dan juga rasa takut menghadapi kanker payudara dan akibatnya.

Bisa juga karena penerimaan suami yang dianggap penting olehnya. Oleh karena itu, ia tidak ingin mengecewakan suaminya.

Ia ingin tetap diterima oleh suaminya apapun keadaannya nantinya.

Berawal dari pertemua RH dengan seseorang yang mengalami sakit yang sama, yang mana pada waktu itu mereka saling berbagi pengalaman dan ilmu yang pada akhirnya membuat RH, mendapatkan secarik pencerahan dari hasil diskusi yang mereka lakukan selama ini, sedikit demi sedikit ia mulai bisa menguasai pikirannya yang mana selama ini ia hanya berkulat pada pikiran-pikiran negatifnya namun pada akhirnya ia merasa malu dan bertekad merubah dan membuang semua pikiran negatifnya, ia pun segera melakukan langkah awal dengan meminta maaf kepada suami, kedua orang tuanya dan seluruh sanak keluarganya ibadah kepada Allah kembali ia lakukan setelah beberapa waktu tak ia pedulikan selama sakit.

Berawal dari permintaan maaf dan penyesalan terhadap semua sikapnya selama ini, ia mulai menanamkan suatu keyakinan bahwa ia merupakan wanita yang paling beruntung didunia karna disaat ia mengalami masa-masa sulit suaminya terus memberikan perhatian, cinta dan kasih sayangnya, sabar menghadapi semua tingkah lakunya selama ini dan memberikan maaf atas segala khilaf yang selama ini ia lakukan, disamping itu ia mempunyai orang tua yang begitu sayang dan perhatian kepadanya hingga tak segan-segan membiayai biaya dan segala keperluan selama ia menjalani operasi dan kemoterapi, ia juga

mempunyai saudara-saudara yang sangat sayang kepadanya yang tidak merasa iri sedikitpun dengan apa yang sudah diberikan orang tuanya kepadanya. RH pun sedikit demi sedikit mulai menerima akan keadaan yang ada pada dirinya.

Pikiran mempengaruhi akal dan membuatnya berkonsentrasi pada suatu, ketika pikiran mempengaruhi akal berkonsentrasi pada hal negatif maka akal akan mempengaruhi pada perasaan dan perasaan berpengaruh pada kegiatan di luar tubuh dan akan mengakibatkan sesuatu yang tidak nyaman alhasil akan memperparah keadaan yg ada karna rasa tak mau terima dengan semua keadaan yang ada.

Pikiran positif mengantarkan RH, pada sifat menerima dan pasrah serta ikhlas dengan keadaan yang ada. Sedangkan pikiran negatifnya menyebabkan semakin parah kondisi kesehatan dan kejiwaannya. Hal ini sesuai yang di ungkapkan Ibrahim Elfiky bahwa pikiran positif mengantarkan pada penemuan dan kemajuan yang berguna di dunia. Pikiran negative menyebabkan tindak pembunuhan, penipuan, perzinaan, monopoli, frustrasi, serta penyakit jiwa dan fisik. Menurut sebuah fakultas kedokteran di San Francisco, sebagian besar penyakit bermula dari pikiran dan kegiatan berpikir¹⁰

Pada awal wawancara RH menangis karna terkenang masa itu namun pada akhirnya ia memberikan senyum optimis kepada peneliti dan memberikan pelajaran hidup yang begitu berarti bagaimana proses merubah pola pikir yang pada akhirnya mengalahkan prasangka-prasangka negatif serta berbagai

¹⁰ Ibrahim Elfiky, *Terapi Berfikir Positif*, hlm. 268

ketakut yang dirasakan selama di beri ujian oleh Allah berupa terjangkitnya suatu penyakit.

Dari sini peneliti mengambil suatu kesimpulan pikiran sangat berpengaruh pada kondisi kesehatan seseorang begitupun yang terjadi pada diri RH ketika awal sakit pikirannya selalu negatif dan tidak menerima keadaan yang ada walaupun lingkungannya memberikan pengaruh positif lewat cinta, kasih sayang, perhatian, nasehat serta motifasi tapi semua terasa percumah karena pikiran RH selalu terfokus kepada hal yang negative, namun pada akhirnya ia pun mampu merubah pola pikirannya berkat pelajaran dari seorang wanita yang mengalami hal yang sama, bahkan lebih buruk secara keadaan, ekonomi, dan dukungan keluarga. Wallahu a’lambishshawab.

Apa yang dialami seseorang hari ini adalah dampak dari pikirannya kemaren. Dan apa yang akan dialami esok hari adalah dampak dari pikiran hari ini. Pikiran yang sedang di bayangkan saat ini sedang menciptakan masa depan. Ketika seseorang berpikir sehat atau sakit, dua-duanya akan benar. Bila berpikir sehat insya Allah sehat. Tetapi bila berpikir sakit, insya Allah sakit.

Tak aka ada penyakit yang tak bisa disembuhkan ketika seseorang berpikir positif atas dirinya, lingkungannya dan Tuhan-Nya. Sebaliknya, tak ada satupun penyakit yang bisa

disembuhkan ketika ia berpikir negatif. Semua manusia mempunyai potensi kekuatan pikiran.

Tapi tak semua tau dan mampu meraihnya, sama halnya dengan para responden yang telah peneliti wawancarai, mereka pun mempunyai pola pikir, pengalaman dan respon yang berbeda-beda walaupun jenis ujian yang diberikan oleh Allah sama kepada mereka berupa kanker payudara dan mereka pun sama harus operasi dan melakukan kemoterapi yang pada akhirnya harus kehilangan payudaranya. Namun antara satu dengan yang lainnya mempunyai tanggapan dan tingkat ketabahan yang berbeda satu sama lainnya.

Berpikir positif, ketika dikaitkan dengan kesehatan dan kesembuhan, maka akan nampak jelas ada saling keterkaitan satu dengan yang lainnya.

Dengan demikian, maka jelaslah berpikir positif mampu memberikan kekuatan untuk sembuh dari penyakit yang diderita, baik fisik maupun psikis. Terutama para pasien kanker payudara.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian tentang kekuatan berpikir positif dalam meraih kesembuhan terhadap pasien kanker payudara RS. Kariadi Semarang maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Kekuatan berfikir positif adalah Kemampuan akal merespon apa yang dialami dengan respon yang positif karena pikiran bisa berpengaruh pada kondisi kesehatan seseorang hal itu dikarenakan apa yang di pikirkan oleh seseorang berpengaruh pada seluruh anggota tubuh bagian luar, baik pada ekspresi wajah maupun gerakan tubuh. Pikiran seseorang berpengaruh pada anggota tubuh bagian dalam, seperti bertambahnya detak jantung, suhu tubuh, proses bernafas, dan tekanan darah yang ikut mempengaruhi liver, ginjal, limpa, lambung, paru-paru dan lain-lain.
2. Berpikir positif bisa memberikan pengaruh terhadap kesembuhan pada pasien kanker payudara seperti yang dilakukan NA memberi kontribusi dalam proses meraih kesembuhan dari penyakit kanker payudaranya. Hal ini semakin diperkuat dengan hasil lab yang NA tunjukkan kepada peneliti yang ternyata hasilnya berbeda dari waktu ke waktu, yang ternyata peneliti tarik kesimpulan hasil yang di dapatkan juga terpengaruh kondisi pikiran NA saat

melakukan cek up ke rumah sakit dimana ia berobat selama ini. Hal tersebut membuktikan bahwa pikiran berpengaruh terhadap kondisi kesehatan karna Allah sesuai prasangka Hambanya. Responden SH mampu mengendalikan pikirannya sehingga selalu berpikir positif terhadap kondisinya hal ini memunculkan kepasrahan, ketabahan, kepercayaan diri untuk sembuh dan pada akhirnya menghasilkan kesembuhan dari penyakit yang dideritanya dalam waktu yang singkat. SH pun terlihat sehat sampai detik ini dan melakukan berbagai aktifitas sesuai dengan profesinya sebagai seorang tenaga pendidik di sebuah lembaga pendidikan sekaligus menjadi ibu dan kepala keluarga bagi anak-anaknya dan responden RH pikiran sangat berpengaruh pada kondisi kesehatan seseorang begitupun yang terjadi pada diri RH ketika awal sakit pikirannya selalu negatif dan tidak menerima keadaan yang ada walaupun lingkungannya memberikan pengaruh positif lewat cinta, kasih sayang, perhatian, nasehat serta motifasi tapi semua terasa percumah karena pikiran RH selalu terfokus kepada hal yang negatif. Namun pada akhirnya ia pun mampu merubah pola pikirannya sehingga ia mampu berpikir positif dan menerima keadaannya.

B. Saran

Berpikir positif adalah salah satu pengobatan non-medis dari sekian cara yang dapat dilakukan dalam upaya menyembuhkan pasien kanker payudara dan berbagai stadiumnya. Namun demikian perlu diperhatikan bahwa berpikir positif merupakan proses yang dilakukan setelah pasien diupayakan pengobatannya secara medis terlebih dahulu karena berpikir positif adalah cara penyembuhan dari dalam yang dilakukan oleh pasien itu sendiri dan merupakan tahap pemulihan setelah pengobatan. Di samping itu, berpikir positif juga sangat berperan dalam mengkondisikan pasien sebelum maupun sesudah pengobatan medis dilakukan. Karena ada beberapa syarat jika pasien ingin sembuh secara total di antaranya memperhatikan tiga unsur penyembuhan yaitu ilmiah berupa pengobatan secara medis, alamiah berupa penempatan pasien di lingkungan yang nyaman dan asri sehingga menciptakan pikiran yang selalu positif, serta ilahiyah berupa terapi spiritual dengan shalat, *dzikir* dan ibadah lainnya.

Untuk itulah peneliti menyarankan agar dalam rangka ikhtiyar mencari penyembuhan, kita jangan berhenti pada pengobatan non-medis dan mengabaikan pengobatan medis atau sebaliknya. Karena pada dasarnya kedua metode tersebut adalah saling melengkapi.

Hendaknya skripsi dengan tema terapi dengan berpikir positif ini dapat diteliti lebih dalam pada jurusan Tasawuf dan Psikoterapi, karena dengan berpikir positif kita dapat memperoleh manfaat yang

besar, seperti halnya para nara sumber yang bisa menciptakan satu kekuatan untuk sembuh dari penyakitnya.

Penelitian ini juga masih berupa penelitian awal yang masih terbuka lebar ruang penelitian lanjutan. Terlebih di Rumah Sakit Kariadi Semarang juga menerima pasien bukan hanya yang berhubungan dengan kanker payudara saja tetapi juga menerima pasien dengan keluhan lainnya. Sehingga akan lebih komprehensif apabila penelitian dilakukan dengan pisau analisis dan kacamata multidisipliner.

Marilah kita semua berfikir positif karena berfikir positif bisa menjadi salah satu alternatif untuk mencapai kesembuhan dari segala penyakit dan menjadi solusi yang jitu untuk keluar dari masalah yang dihadapi. Tentunya dengan diikuti usaha lahir.

C. Penutup

Setelah melewati proses penelitian yang panjang, akhirnya sampailah peneliti pada bagian penutup. Sebenarnya masih banyak hal yang dirasa kurang meskipun dalam proses penyelesaiannya telah dilakukan semaksimal mungkin. Namun demikian peneliti tetap merasa bersyukur karena bisa menyelesaikan penelitian ini dengan baik dan dengan harapan agar bisa bermanfaat bagi pembaca dan penelitian selanjutnya.

Segala bentuk masukan baik berupa saran maupun kritik juga peneliti sangat harapkan dalam rangka menghasilkan penelitian yang kredibel dan akurat.

Sebagai penutup, peneliti mengucapkan syukur tiada tara kepada Allah SWT atas segenap *taufiq* dan *hidayah*-Nya sehingga skripsi ini bisa peneliti selesaikan. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya juga tak lupa peneliti sampaikan kepada segenap pihak yang membantu penyusunan skripsi ini khususnya kepada Ny. NH, Ny. SH, Ny. RH yang telah berkenan menjadi narasumber bagi penelitian ini.

Akhirnya, semoga skripsi ini bermanfaat dan mendapatkan *ridha* dari Allah SWT. *Amin*.

DAFTAR PUSTAKA

- Aris Ahmad Jaya, 2008. *30 hari mencari jati diri*, Bekasi: *Pustaka Inti*
- Al-Kumayi.S. 2005.*Metodologi Penelitian Kualitatif*. Fakultas ushuluddin Institut Agama islam Negeri Semarang.
- Anonim. 1995. Kanker di Indonesia tahun 1994 data Histopatologi. Direktorat Pelayanan Medis Depkes RI.
- Al-atsaryA. S. F. 2013. *the amazing husnudzon ; Menjemput kesuksesan dengan berpikir positif*, Yogyakarta: *qudsy media*
- Arvitasari N. W. 2005.*Terapi Dzikir Bagi Kesehatan Menurut Ust. H. Hariyono*. Semarang: Fakultas Ushuludin IAIN Walisongo.
- Badriyah, L.“ Hubungan Berfikir Positif dengan Ketenangan Jiwa”. 2006. Skripsi, Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Borysenko, J &Borysenko M.2002.The Power of The Mind to Heal.Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Elfiky, I. 2009.*Terapi Positive Thinking*, terj. Abu Firlim Bassam Taqiy, Yogyakarta: Hikam Pustaka.
- Elfiky, I. 2009Terapi Berfikir Positif: Biarkan mukjizat dalam diri anda melesat agar hidup lebih sukses dan lebih bahagia, penerjemah Khalifulrahman Fathdan M. Taufik Daman. Jakarta: zaman.
- Gilbert. P. 1986.Payudara: apa yang perlu di ketahui wanita. Alih bahasa: TjunFang, Jakarta: Arcan
- Guru besar tasawuf fakultas Ushuludin uin walisongo semarang dan trainer seni menata hati.*

Hawari, D. 2009. *Kanker Payudara: Dimensi Psikoreligi*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI

Iriyanto, 2012, *learning Metamorphosis*, Jakarta: Erlangga

[Http://kesehatan.kompasiana.com/medis/2013/08/13/fakta-tentang-rokok-di-indonesia-580919.html](http://kesehatan.kompasiana.com/medis/2013/08/13/fakta-tentang-rokok-di-indonesia-580919.html), diunduh pada hari Minggu tanggal 22 Februari pukul 15.30 WIB

[Http://id-id.facebook.com/fuji.lpb/posts/515856761783746](http://id-id.facebook.com/fuji.lpb/posts/515856761783746), diunduh pada hari Rabu tanggal 20 Mei 2015 pukul 13.30 WIB.

[Http://berfikir-positif-kesehatan-tubuh.html/](http://berfikir-positif-kesehatan-tubuh.html/), diunduh pada hari Sabtu 3 April 2015 pukul 11.30 WIB.

[Http://pulsanet.com/berfikir-positif-untuk-kesembuhan/](http://pulsanet.com/berfikir-positif-untuk-kesembuhan/), diunduh pada hari Senin, 6 April 2015 pukul 11.00 WIB.

[Http://pulsanet.com/berfikir-positif-untuk-kesembuhan/](http://pulsanet.com/berfikir-positif-untuk-kesembuhan/), diunduh pada hari Rabu, 8 April 2015 pukul 19.15 WIB.

[Http://intips-kesehatan.blogspot.com/2014/04/manfaat-pikiran-positif-kesehatan-tubuh.html](http://intips-kesehatan.blogspot.com/2014/04/manfaat-pikiran-positif-kesehatan-tubuh.html), diunduh pada hari Kamis tanggal 9 April 2015 pukul 19.30 WIB

[Http://intips-kesehatan.blogspot.com/2014/04/manfaat-pikiran-positif-kesehatan-tubuh.html](http://intips-kesehatan.blogspot.com/2014/04/manfaat-pikiran-positif-kesehatan-tubuh.html), diunduh pada hari Rabu, 15 April 2015 pukul 19.00 WIB

[Http://faktakanker.com/kanker-payudara/stadium-kanker-payudara-tmn-gambar-dan-pengobatannya](http://faktakanker.com/kanker-payudara/stadium-kanker-payudara-tmn-gambar-dan-pengobatannya), diunduh pada hari Jum'at, 17 April 2015 pukul 18.30 WIB.

[Http://www.lusa.web.id/pemeriksaan-payudara-sendiri-sadari/](http://www.lusa.web.id/pemeriksaan-payudara-sendiri-sadari/), diunduh pada hari Jum'at, 17 April 2015 pukul 18.30 WIB.

- Indrati R.2005. *Faktor-Faktor Resiko yang Berpengaruh Terhadap Kejadian Kanker Payudara Wanita*. Skripsi, Program studi Magister Epidemiologi. Universitas Diponegoro Semarang.
- Junedi, dkk. 1895.*Kapita Selekta Kedokteran Jilid 2*. Jakarta: Fakultas Kedoktean UI.
- Luwia, M. S. 2003. *Problematik dan Perawatan Payudara*. Jakarta: PT. Kawan Pustaka
- Moh. Ahyak. Mengatasi Pikiran Negatif. Jakarta: Saufa. m. kompasiana.com/post/read/692249/1/dampak-buruk-pikiran-negatif-kesehatan.html, diunduh pada hari Rabu tanggal 20 Mei 2015 pukul 19.30 WIB.
- Moleong, L. J. 2006. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. 2006. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- M. Merdeka. com/sehat/10-cara-tingkatkan-pikiran-positif.html, diunduh pada hari Rabu tanggal 20 Mei 2015 pukul 13.30 WIB.
- Notoatmodjo, S. 2003.*Pendiidkan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Olfah, Y. dkk, *Kanker Payudara dan Sadari*, Yogyakarta: Nuha Medika.
- Rahmanto, M. N. 2011. “*Pemikiran Dr. Ibrahim Elfiky tentang Positive Thinking dan Implikasinya terhadap Kesehatan Mental dalam Buku Terapi Positive Thinking*”.Skripsi mahasiswaFakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang.
- Rumidi.2004.*Metodologi Penelitian Petunjuk Praktik Untuk Peneliti Pemula*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Sanafiah. 1989.*Format-format Penelitianansosial: Dasar-Dasar dan Aplikasinya*. Jakarta: Rajawali Press.

Sugiono, Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D. Bandung: Alfa Beta.

Suharsini. A.2002. *Prosedur Penelitian, Suatu pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta

Stallard, P. 2005. *A clinician's guide to think good-feel good: usingcbt with children and young people*. Westsussex: John Wiley & Sons. Diunduh dari <http://www.psychology.yahoo.com> bulan, pada hari Kamis, 16 April 2015 pukul 18.30 WIB.

Sutjipto, ([http:// www.depkes.go.id](http://www.depkes.go.id)). Jumlah penderita kanker payudara masih tinggi. *Hari Jum'at* tanggal 20 Februari 2015. Pukul 13.15 WIB

Syukur, A. 2012. *Kuberserah*. Jakarta: PT Mizan Publika.

Syukur, A. 2012. *Sufi Healing*. Jakarta: Penerbit Erlangga.

Utami.S, *Aku Sembuh Dari Kanker Payudara*, Yogyakarta: PT Suka Buku.

Wijayanti, T. 2007. "Dampak Psikologi kepada Perempuan Penderita kanker Payudara". Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.

Wicaksana 2005. *Depresidansolusinya*. Diunduh dari <http://www.psychology.yahoo.com> diunduh pada hari Kamis, 16 April 2015 pukul 19.00 WIB.

Www. Aku ingin sukses. [com/kekuatan/pikiran/positif/](http://www.akuinginngkses.com/kekuatan/pikiran/positif/), diunduh pada hari Rabu tanggal 20 Mei 2015 pukul 13.30 WIB.

LAMPIRAN-LAMPIRAN

FOTO PENELITIAN



Foto Respondent 2





**RUMAH SAKIT UMUM PUSAT DOKTER KARIADI
INSTALASI LABORATORIUM**

Jalan Dr. Soetomo 16 SEMARANG
Telp. : (024) - 8413476, 8413993 psw. 439,606

CUM 00060 A

RSUP Dr. KARIADI
Sahabat Menunggu Sahabat

Nomor CM	: C322296	Ruangan	: POLI GARUDA
No. Sampel	: 07120417	No.Urut	: PG 5341
Nama	: NOVITA RIS ISNANI	Sampling	: 04/07/12 08:40
Alamat	: GEDANGAN BOJA BOJA	Periksa	: 04/07/12 09:07
Usia	: 39Y Kelamin (M/F) : F	Selesai	: 04/07/12 12:02
Dokter	: Dr. H. DARWITO, SH, SpB, SpB(K) Onk	CITO	: N
Bahan	: DRH		
Diagnosa	: CA MAMMAE		

PEMERIKSAAN	HASIL	SATUAN	NILAI NORMAL	KETERANGAN
** KIMIA KLINIK **	-		-	
Alkali Fosfatase	70.0	U/l	50.0	- 136.0
** IMUNOLOGI **	-		-	
CEA	1.88	ng/ml	0.00	- 5.00
Ca 15-3	30.61		0.00	- 22.00 H



Halaman 1
Semarang, 04/07/12 12:02
Analisis/Pemeriksa :

MFG



**RUMAH SAKIT UMUM PUSAT DOKTER KARIADI
INSTALASI LABORATORIUM**

Jalan Dr. Soetomo 16 SEMARANG

Telp. : (024) - 8413476, 8413993 psw. 4021, 4028

CUM 00060 A



RSUP Dr. KARIADI
Sahabat Manusia Sehat

Nomor CM	: C322296	Ruang	: P. KLINIK SPESIALIS
No. Lab	: 150212214 / OM1341069		BEDAH - GARUDA
Nama Pasien	: NOVITA RIS ISNANI (P)	No. Spesimen	: PG003785
Alamat	: GEDANGAN BOJA	Jam Terima Order	: 17-02-2015 10:54
Umur / JK	: 42 th 2 bl 18 hr / P	Selesai	: 17-02-2015 13:53
Dokter	: YAN WISNU PRAJOKO, dr, Sp.B(K)		
Diagnosa	: C50.9 - Malignant neoplasm of breast, unspecified		

Spesimen :

PEMERIKSAAN	HASIL	SATUAN	NILAI RUJUKAN	KETERANGAN
IMUNOSEROLOGI				
CEA	1.63	ng/mL	0.00 - 5.00	
Ca 15-3 (Mammae)	9.01	U/mL	0.00 - 30.00	

Dokter Korektor

Cetak : 17-02-2015 13:53:48

Analisis : ANA (IMMUNOLOGI)

(dr. Guruh Adi Indrawan) dr. Ria Triwardhani, Sp PK
NIP. 1967520 200501 2 001

Nilai rujukan adalah dari kondisi basal
Halaman : 1 dari 1

TMG



**KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
WALISONGO**

Jl. Walisongo No. 3 - 5 Telp. (024) 7624334, 7604554 Fax. 7601293 Semarang 50185

S E R T I F I K A T

Nomor : In.06.0/R.3/PP.03.1/3177A/2011

Diberikan kepada :

Nama :
NIM :
Fak./Jur./Prodi :

telah mengikuti Pengenalan Akademik (OPAK) Tahun Akademik 2011/2012 dengan tema
" MENEGUHKAN KOMITMEN MAHASISWA DALAM MENGEMBAN AMANAT RAKYAT "

yang diselenggarakan oleh
IAIN Walisongo Semarang pada tanggal 08 - 12 Agustus 2011 sebagai, "PESERTA" dan dinyatakan :

L U L U S

Demikian sertifikat ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 12 Agustus 2011

An. Rektor

Pembantu Rektor III

Prof. Dr. H. Moh. Erfan Soebahar, MA
NIP. 19560624 198703 1002

Ketua Panitia



H. Hasyim Muhammad, M.Ag
NIP. 19720315 199703 1002



Panitia Pelaksana
ORIENTASI PENGENALAN AKADEMIK DAN KEMAHASISWAAN
OPAK 2011
BADAN EKSEKUTIF MAHASISWA FAKULTAS USHULUDDIN IAIN WALISONGO SEMARANG

Sekretariat: Gedung Student Centre Kampus II Fakultas Ushuluddin, Jl. Prof. Dr. Hamka Km. 1 Semarang

Piagam Penghargaan

NOMOR: 04/Pan.OPAK/BEM-FUI/IAIN-WS/IX/2011


Panitia Pelaksana Orientasi Pengenalan Akademik Dan Kemahasiswaan (OPAK) 2011 Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM) Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang memberikan penghargaan ini kepada:

Nama : MUCHAMAD MUTOHAR
NIM : 1114411037

Yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan orientasi pengenalan Akademik Dan Kemahasiswaan IAIN Walisongo Semarang, Dengan Tema:
"Revitalisasi Sportifitas Intelektual Dan Humanisasi Keilmuan Ushuluddin" Tahun Akademik 2011/2012 pada tanggal 10 s/d 11 Agustus 2011
sebagai PESEERTA dengan Nilai Amat Baik/Baik/Cukup/Kurang.

Mengetahui,
Pengantar Dekan III
Fakultas Ushuluddin


H. Hasyim Muhammad, M. Ag
NIP: 197203151997031002


Ketua BEM Fakultas Ushuluddin
IAIN Walisongo Semarang

Panitia Pelaksana,
Orientasi Pengenalan Akademik Dan Kemahasiswaan
(OPAK) 2011 Fakultas Ushuluddin


Abdul Asep
Kertua



Semarang, 26 September 2011



KEJAKSAAN NEGERI KENDAL



LSM KP BK JATENG



DINAS PENDIDIKAN KENDAL

Sertifikat

Diberikan Kepada

M. MUTOHAR

Sebagai Peserta

**SEMINAR SOSIALISASI PENDIDIKAN BUDAYA ANTIKORUPSI DI SEKOLAH
UPAYA STRATEGIS BERANTAS KORUPSI**



Yeni Andriani, SH.MH
Kepala Kejaksaan Negeri Kendal

DI PENDOMO KABUPATEN KENDAL

Kendal, 29 November 2014



Sugiharto Hariono, S.Sos
Ketua Panitia



Des. Muryono, SH.MPd
Kepala Dinas Pendidikan Kabupaten Kendal



KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI WALISONGO
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN
KEPADA MASYARAKAT (LP2M)

Jl. Walisongo No. 3-5 Semarang 50185 telp/fax. (024) 7615923 email: lppm.walisongo@yahoo.com

PIAGAM

Nomor : In.06.0/L.1/PP.06/1152/2014

Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP2M) Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Walisongo Semarang, menerangkan bahwa:

Nama : MUCHAMAD MUTOHAR

NIM : 114411037

Fakultas : Ushuluddin

Telah melaksanakan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Angkatan ke-63 tahun 2014 di Kabupaten Batang dengan nilai :

.....83..... (.....4,0 / A.....)

Semarang, 2 Desember 2014

A.n. Rektor,
Ketua,



Dr. H. Sholihan, M. Ag.
NIP. 19600604 199403 1 004



SERTIFIKAT

Nomor : Kw. 11.2/1/KP.02/20989/2013

Diberikan kepada :

Nama : Muchamad Mutohar, S.PSII
NIP : -
Tempat/tanggal lahir : Kendal, 30 Juli 1988
Tempat tugas : MA NU 04 Al Ma'arif Boja, Kab. Kendal

Atas partisipasinya secara aktif sebagai :

PESERTA

Pada BINTEK PENULISAN KISI-KISI DAN SOAL MA Angkatan II yang diselenggarakan oleh Bidang Pendidikan Madrasah Kantor Wilayah Kementerian Agama Provinsi Jawa Tengah pada tanggal 6 September 2013 s.d. 9 September 2013 di Hotel Muria Kota Semarang.

Semarang, 9 September 2013



a.n. Kepala
Kabid Pendidikan Madrasah



Dr. H. Jamun, M.Pd.I
NIP. 196201041991031001

BIODATA PENULIS



Nama lengkap : Muchamad Mutohar
Tempat dan tgl lahir : Kendal, 30 juli 1988
Fakultas : Ushuluddin
Jurusan / NIM : Tasawuf dan Psikoterapi /114411037
Alamat : Desa Kalirejo RT 02 RW 03 Kecamatan
Singorojo Kabupaten Kendal
Riwayat Pendidikan :
SD : SD 1 Negeri Kalirejo lulus tahun 2003
SLTP : MTs al Hikmah Ngarianak lulus tahun 2006
SLTA : MA NU 04 al Ma'arif Boja lulus tahun 2010